



Super facile  
15 mn de préparation  
15 mn de cuisson  
Bon marché  
Veggie

Ingrédients pour 6 pers. :

- 500 g de pâtes (celles que vous voulez mais de préférence longues)
- 200 g de gorgonzola
- 3 courgettes rondes (ou 2 moyennes longues)
- 6 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel
- Poivre du moulin

Parmesan en accompagnement

Variantes :

Pour d'autres recettes de pâtes, regardez en bas de page.

1. Lavez les courgettes, ôtez les extrémités, et coupez-les en fins quartiers si elles sont rondes, ou en deux dans la longueur puis en biseaux de +/- 1 cm d'épaisseur, si elles sont longues.
2. Faites chauffer 2 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle. Mettez les courgettes, salez et faites-les revenir à feu moyen-vif pendant environ 10 mn jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées.
3. Coupez le gorgonzola en petits dés. Mettez-les dans un bol.
4. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes dans de l'eau bouillante salée selon les indications figurant sur le paquet. Avant d'égoutter les pâtes, réservez 2 à 3 c. à soupe d'eau de cuisson et versez-les sur les dés de gorgonzola. Remuez à l'aide d'une fourchette.
5. Une fois les pâtes cuites, égouttez-les et remettez-les rapidement dans la casserole, avec 3 c. à soupe d'huile et le mélange au gorgonzola. Remuez longuement pour bien imprégner les pâtes de sauce. Ajoutez les courgettes et remuez à nouveau. Donnez quelques tours de moulin à poivre et servez aussitôt avec du parmesan en accompagnement.



La cuisson des pâtes nécessite beaucoup d'eau. Investissez dans une grande casserole afin de respecter la règle suivante :

**1 litre d'eau pour 100 g de pâtes.**

La règle complète est : 0/1/10/100

qui correspond à 0 g d'huile, 1 litre d'eau, 10 g de sel et 100 g de pâtes.

Ne mettez donc pas d'huile d'olive dans votre eau de cuisson ! En revanche, et c'est le secret des bonnes pâtes, utilisez un peu d'eau de cuisson pour lier les pâtes à la sauce.

