

## *Spaghettis pancetta, tomates cerises et noisettes torréfiées*

plaisir à savourer quotidiennement

### Ingrédients pour 1 personne

- 80 - 100g de spaghettis complets
- 1,2 à 1,5L d'eau
- 4 tranches de pancetta selon leurs épaisseurs
- 4 tomates cerises
- 1 gousse d'ail
- 4-5 noisettes
- 2 cuillères à soupes de crème de soja
- ½ cuillère à café de ciboulette
- ½ cuillère à café de basilic

### Préparation 10 minutes / Cuisson 10-20 minutes

- Peser l'eau et les pâtes il est recommandé un rapport de 100g de pâtes pour 1,5L d'eau soit 80g de spaghettis pour 1,2L d'eau
- Mettre une cocotte avec 1,2L d'eau à bouillir
- Plonger les spaghettis dans l'eau et laisser cuire le temps indiqué sur le paquet pour obtenir une cuisson al dente
- Remuer les pâtes de temps en temps pendant la cuisson pour éviter qu'elles collent entre elles  
Pendant ce temps
- Couper la pancetta en morceaux
- Laver les tomates cerises
- Éplucher la gousse d'ail, la couper en deux dans le sens de la hauteur, ôter le germe au centre et là couper en dès
- Couper les noisettes en 4
- Lorsque les pâtes sont cuites les égoutter
- Mettre une poêle à chauffer 1-2 minutes avec un filet d'huile d'olive
- Faire revenir, à feu moyen, la pancetta, l'ail et les noisettes pendant 2 minutes en remuant
- Ajouter les pâtes, la crème et les épices, remuer délicatement et laisser cuire 3-4 minutes
- Déguster

### Accompagnement

- Ce plat complet est parfait pour un déjeuner plaisir et pour mitonner une boîte à repas !

*Diétôdelices*