

LA RECETTE DU DÉCEMBRE

Pâtes au Poulet et au Pesto

Niveau/επίπεδο : très facile

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 10 minutes

Ingrédients pour 4 personnes/ συστατικά για 4 άτομα

- 500 (cinq cents) gr. de pâtes (tagliatelle)
- 400 (quatre cents) gr. de poulet
- 30 cl de crème fraîche allégée (ελαφριά)
- 1 pot (βαζάκι) de pesto à la Genovese / ou pesto maison
- 1 cs(cuillère de soupe/κουτάλι σούπας) d' huile d' olive
- Du sel
- De la poivre

EXÉCUTION/ PRÉPARATION

Pour faire des pâtes au poulet et à la sauce pesto :

préparez d'abord (αρχικά) une casserole d'eau bouillante aux 100 degrés pour faire bouillir les pâtes.

Coupez le poulet en dés / petits morceaux/ (μικρά κομμάτια) et mettez-les à l'huile, dans une poêle (τηγάνι) sous feu moyen (σε μέτρια φωτιά). Ne les grillez pas!(μην τα κάψετε!)

Salez, Poivrez et ajoutez le pesto! Mélangez-les, puis(μετά) ajoutez la crème fraîche.

Laissez-les au feu pendant 10 minutes, le temps de cuire les pâtes à l'eau bouillante avec un peu de sel.

Quand c'est prêt/une fois prêt (Όταν είναι έτοιμο) mélangez le tout/ l'ensemble (το σύνολο).

Servez votre plat avec/accompagné de une salade verte aux olives et aux tomates et avec un verre de vin blanc !

BON APPÉTIT

Kai λίγη γραμματική! Ο αρνητικός τύπος της προστακτικής όπως βλέπετε είναι ως εξής :

Ne...+ ρήμα + pas → ne cassez pas les oeufs!Μην σπάσετε τα αυγά. Εάν θελήσω να μην επαναλάβω τη λέξη 'αυγά' όπως παραπάνω, στον αστερίσκο όπου εννοούνται 'τα κομμάτια κοτόπουλου', μπορώ και είναι ωραίο, να χρησιμοποιήσω την προσωπική αντωνυμία **le/la/les (τον/την/τα-τους-τις)** που μοιάζει με το οριστικό άρθρο αλλά είναι πρ. αντωνυμία, αντικαθιστά αντικείμενα και μπαίνει πάντα ΠΡΙΝ το ρήμα εκτός από την προστακτική σε κατάφαση : **Mettez -les dans une casserole / Mettez-la dans un bol/ mettez-le au feu** (βάλτε τα, σε μια κατσαρόλα/βάλτε τη σε ένα μπολ/ βάλτε τον στη φωτιά.

Kai ...η έκφραση 'έχω ανάγκη από..'/ **avoir besoin de...→ j'ai besoin d' un couteau (μαχαίρι)/tu as besoin d'une fourchette (πιρούνι)/ il-elle a besoin d'une cuillère (κουτάλι)/ nous avons besoin d' une assiette(πιάτο)/ vous avez besoin d' une serviette (πετσέτα)/ ils-elles ont besoin d' un verre (ποτήρι).**

***Verre à...eau (χρήση) / verre de ... eau (περιεχόμενο) : Un verre d' eau (ένα ποτήρι με νερό)/un verre à eau (ένα ποτήρι νερού)**