

Pennes à la dinde, champignons et estragon

Pour 4 couverts :

- 500g de filet de dinde
- 250g de penne
- 1 kg de champignons
- 2 c. à soupe d'huile de tournesol
- Estragon
- Sel, poivre

Préparation :

- Nettoyer et couper les champignons.
- Cuire les pâtes dans l'eau bouillante légèrement salée.
- Cuire les champignons dans une poêle avec 1 c. à soupe d'huile. Assaisonner.
- Dans une poêle bien chaude, cuire les filets de dinde coupés en dés avec 2 c. à soupe d'huile. Assaisonner de sel, poivre et estragon.
- Mélanger les penne, les champignons, les dés de dinde et assaisonner d'estrageon.



Bon appétit !



Aurélie DAUVIN

Diététicienne - Nutritionniste