

Gnocchetti estivaux



Pâtes

Temps de
préparation

20

minutes

Temps de cuisson

20

minutes

Nombre de
couverts

2

pers.

Recommandé pour :

Les adultes actifs

Les adolescents

Ingrédients

120g de Gnocchetti chanvre riz
Natur'Inov
1/2 concombre
8 tomates cerise
Salade Roquette
100g de mozzarella en boule
3 càs. d'huile d'olive
Herbes aromatiques
2 càs. de vinaigre balsamique
Feuilles de menthe fraîche
Olives noires

Instructions

Faire chauffer les pâtes dans l'eau bouillante salée pendant 12 minutes. Pendant ce temps, dans un plat, mélanger : les tomates cerises, les dès de concombre, les boules de mozzarella, l'huile d'olive et le vinaigre balsamique. Ajouter les gnocchetti froids à la préparation. Dresser une assiette avec de la roquette et mettre le mélange de légumes et gnocchetti. Ajouter par dessus de la menthe fraîche et des olives noires.

Déguster !

Informations nutritionnelles (quantité par portion)

423

calories

48,1g de lipides

16,7g de protéines

48,1g de glucides

2,2g de fibres