



## Pâtes au Poulet du Chef

### ingrédients

- g de poulet
- à soupe crème fraîche
- à thé d'huile
- g Curry
- g Poivre
- Oignons
- Tomates fraîches
- MAGGI Mameum Epices
- MAGGI Poulet
- g Parmesan râpé
- paquet de tagliatelle
- brocoli

### préparation

1. Couper les poulet en lamelles. Ajoutez les épices avec le cube MAGGI et du poivre
2. Mettez dans une poêle chaude. Pendant ce temps, faire bouillir les pâtes de 5 à 10 minutes
3. Faire chauffer la poêle. Ajouter l'huile d'olive puis mettre le poulet et faire dorer. Couper les oignons en petit dés et les tomates en les ajoutant sur le poulet. Faire cuire environ 10 minutes et ajouter la crème fraîche et les deux cubes MAGGI et laisser mijoter 5 minutes.

#### Nutrition

Les glucides	5,28 g
Énergie	219,8 kcal
Les graisses	9,52 g
Fibre	0,77 g
Protéine	28,76 g
Graisses saturées	4,12 g
Sodium	781,78 mg
Les sucres	2,01 g

⌚ 35 Minutes

⊕ 6