

# Moisson Santé® Sauce pour Pâtes Rotini à la saucisse et aux champignons

Temps de préparation: 5 minutes

Temps de cuisson: 15 minutes

Nombre de portions: 4



*Une petite quantité de saucisses peut vous mener loin dans cette robuste sauce nourrissante qui ravira les amateurs de viande parmi votre famille.*

## Ingrédients

1 pot (570 ml)	de <b>Sauce pour Pâtes Moisson Santé® tomate et fines herbes</b>
2	saucisses italiennes douces en chapelet (sans le boyau)
4 tasses	de champignons variés (p. ex. champignons de Paris, pleurotes et champignons shiitake) hachés grossièrement
1	oignon haché
3	gousses d'ail émincées
4 tasses	de rotini cuit et chaud Moisson Santé® de Catelli®
1/2 tasse	de persil frais haché
1/2 tasse	de fromage Asiago finement râpé (facultatif)

## Préparation

1. Faites chauffer une grande poêle à frire antiadhésive à feu moyen-vif. Ajoutez la chair de saucisse émietée. Faites-la cuire pendant 3 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit dorée.
2. Ajoutez les champignons et l'oignon. Laissez cuire, en remuant, pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient dorés. Ajoutez l'ail; laissez cuire pendant 1 minute.
3. Ajoutez la sauce; laissez mijoter pendant 2 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit assez chaude. Ajoutez les pâtes chaudes et le persil; mélangez. Ajoutez le fromage (si vous en utilisez) et servez.

Conseil : Pour réduire la quantité de gras et de sodium, remplacer la saucisse par du bœuf haché maigre ou du porc.

Par portion (environ 1 1/2 tasse ou 375 ml):

481 calories, 16 g de gras, 5 g de gras saturé, 31 mg de cholestérol, 1018 mg de sodium, 65 g de glucides, 6 g de fibres et 22 g de protéines. Excellente source de thiamine, de riboflavine, de niacine, de folate, de fer et de zinc. Bonne source de vitamine

C et de magnésium.



---

[< Précédent](#)  
[Imprimer cette recette](#)

---