

Conchiglioni aux épinards, thon et ricotta.

Ingrédients pour 4 personnes :

- 200 g de conchiglioni
- 400 g d'épinards frais
- 400g de tomates concassées (ou de tomates fraîches en saison)
- 300g de thon au naturel
- 120 g de ricotta
- 1 cs d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail
- sel, poivre



Préparation :

1. Nettoyez les épinards et coupez les tiges, et coupez les feuilles.
2. Dans une poêle, versez l'huile d'olive et faites revenir l'ail 2 à 3 minutes..
3. Ajoutez les feuilles d'épinards.
4. Faites bouillir de l'eau pour la cuisson des pâtes, comptez 12 à 15 minutes de cuisson.
5. Quand les épinards sont cuits et bien réduits, ajoutez les tomates concassées.
6. Mélangez et assaisonnez.
7. Pour terminer, ajoutez le thon émietté et la ricotta, laissez mijoter quelques minutes en mélangeant régulièrement.
8. Pour terminer, vous pouvez garnir les conchiglioni ou tout mélanger dans un plat pour déguster en famille ce délicieux repas!

