

Spaghettis carbonara weight watchers cookeo



Spaghettis carbonara weight watchers cookeo

240 CALORIES 5 PP 7 SP

Ingédients pour 4 personnes

240 g de spaghettis

75 g de dés de jambon

200 g de crème fraîche allégée

1 jaune d' œuf

20 g de parmesan

Eau

Préparation

Coupez les spaghettis en deux et déposez-les dans la cuve du cookeo. Versez de l'eau afin de recouvrir les spaghettis

Cuisson rapide ou sous pression

Programmer le temps indiqué sur le paquet de spaghettis / 2

Pendant la cuisson des spaghettis, dans un saladier mélangez la crème fraîche et le jaune d' œuf

Salez et poivrez selon votre convenance

Quand la cuisson est terminée mélangez les spaghettis avec la préparation crème fraîche œuf

Ajoutez les dés de jambon et le parmesan servez chaud

Recette originale sans le cookeo

Faites cuire les spaghettis dans une grande quantité d'eau bouillante salée pendant 9 minutes. Les égoutter.

Dans un saladier, versez les pâtes et les dés de jambon. Mélangez avec la crème fraîche et le jaune d'œuf. Salez et poivrez

Saupoudrer de parmesan râpé servir très chaud