



## **SPAGHETTIS SAUCE FROIDE AU CITRON**

### **INGRÉDIENTS**

1 lb de spaghettis  
Jus d'un citron  
4 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge  
¼ tasse de fromage parmesan râpé  
Botte de persil frais de l'Ontario, haché  
Sel  
Poivre noir

### **PRÉPARATION**

Amener une grande marmite d'eau à ébullition.  
Ajouter le sel.  
Ajouter les pâtes et faire cuire en suivant les indications sur l'emballage.  
Pour des pâtes al dente, cuire pendant environ huit minutes.  
Dans un bol, verser le jus de citron, l'huile, le fromage parmesan, le persil, une pincée de sel et du poivre noir.  
Lorsque les pâtes sont cuites, égoutter et réserver une demi-tasse de l'eau de cuisson.  
Verser les pâtes dans le bol de sauce froide.  
Utiliser un peu d'eau de cuisson pour lier la sauce aux pâtes et bien mélanger.

4 portions

### **INFORMATION NUTRITIONNELLE**

*Par portion*

Protéines : 18,4 g   Lipides : 17,7 g   Glucides : 89,5 g   Calories : 591

### **SAISONNALITÉ**

Les ingrédients frais de l'Ontario sont disponibles de septembre à juin.