

## مرغ و پاستای پاپیونی

این غذای خوشمزه در زمان کمی آماده کرده و همراه با سبزیجات فصل میل کنید.



این غذای خوشمزه در زمان کمی آماده کرده و همراه با سبزیجات فصل میل کنید.

### مواد لازم:

پاستای فرم دار پاپیونی: 250 گرم

سینه مرغ بدون استخوان: 2 عدد،  
به قطعات مکعبی شکل 2/5 سانتی متری تقسیم شود.

نمک و فلفل: هر کدام یک قاشق چای خوری

پودر سیر: نصف قاشق چای خوری

پاپریکا: نصف قاشق چای خوری

گلچه های گل کلم: 2 پیمانه

جعفری خشک: یک قاشق چای خوری

ریحان خشک: یک قاشق چای خوری

گوجه فرنگی رسیده کوچک: 2 عدد

پودر فلفل قرمز: یک چهارم قاشق چای خوری

پنیر رنده شده پارمسان: یک چهارم پیمانه

پنیر موزارلای رنده شده: یک پیمانه

### طرز تهیه:

• درون قابلمه متوسطی آب را جوش آورده و پاستا را تا زمانی که کمی نرم شود درون آن بپزید. سپس آب اضافی آن را از درون آبکش رد کرده و کنار بگذارید.

• درون تابه بزرگی، 2 قاشق روغن زیتون را روی حرارت متوسط گرم کرده و مرغ را همراه با نمک، فلفل، سیر و پاپریکا به آن اضافه کنید.

• تا زمانی که مرغ هنوز کامل نپخته و کمی صورتی رنگ است گل کلم را به آن اضافه کرده و به آرامی آن ها را با هم مخلوط کنید.

• درب تابه را بگذارید و سه دقیقه صبر کنید تا کمی بپزد.

• ابتدا گوجه‌فرنگی سپس پاستا را به ظرف اضافه کنید. مابقی ادویه‌ها را نیز به ظرف اضافه کرده، حرارت شعله را روی کم قرار داده، و هر چند وقت یک بار آن را هم بزنید.

• پنیر پارمسان و نصف مقدار پنیر موزارلا را به ظرف اضافه کرده درب ظرف را ببندید و 5 دقیقه مخلوط درون ظرف را حرارت دهید. هر چند وقت یک بار مخلوط را هم بزنید. ظرف را از روی حرارت بردارید.

• مابقی پنیر موزارلا را روی مخلوط بریزید درب ظرف را گذاشته و مدت 20 دقیقه آن را حرارت دهید.