

Macaroni au fromage

4 à 6 portions

Préparation 15 minutes

Cuisson 20 minutes

Ingrédients

300 g (10 oz) de macaroni (ou autre pâte courte)

30 ml (2 c. à soupe) de beurre

30 ml (2 c. à soupe) de farine tout usage non blanchie

375 ml (1 $\frac{1}{2}$ tasse) de lait

60 ml (1/4 tasse) de lait en poudre (facultatif)

250 ml (1 tasse) de cheddar orange fort râpé (environ 100 g / 3,5 oz)

60 ml (1/4 tasse) de parmesan fraîchement râpé

45 ml (3 c. à soupe) de sauce à pizza douce ou piquante

Poivre et sel

Préparation

Cuire les pâtes dans l'eau bouillante jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Consulter le mode de cuisson sur l'emballage.

Pendant ce temps, dans une casserole moyenne, faire fondre le beurre à feu moyen. Saupoudrer la farine sur le beurre et bien mélanger. Cuire 2 ou 3 minutes avant d'ajouter 125 ml (1/2 tasse) de lait. Fouetter vigoureusement pour bien intégrer la farine au lait.

Verser le reste du lait et porter à ébullition en remuant constamment. Réduire à feu doux dès le premier bouillon. Ajouter le lait en poudre, les fromages et la sauce à pizza et mélanger jusqu'à ce que le fromage soit complètement fondu. Poivrer et saler au goût.

Incorporer délicatement les pâtes cuites et égouttées. Servir immédiatement.

Notes

Grâce à l'ajout de poudre de lait, cette recette contient 350 mg de calcium par portion, soit plus de calcium que dans un verre de lait.

Pour que le goût de fromage soit bien présent, utilisez du cheddar fort. Si vous prenez du cheddar doux, le goût ne sera pas assez intense.

Tiré de cuisine futée, Télé Québec, (2013-12-04)