[**Spaghettis à la laitue de mer**](http://www.recettes-vegetales.fr/plats/pates-riz/121-spaghettis-a-la-laitue-de-mer.html)

Ingrédients **:**(pour 4 personnes)

- 300g de spaghettis  
- 60g d'algue laitue de mer fraiche  
- 20cl de crème de soja  
- 1 oignon  
- 1 gousse d'ail (facultatif)  
- 1 c. à soupe d'huile d'olive  
- sel, poivre  
- graines de sésame

- Faire tremper les algues dans de l'eau pour les dessaler.  
- Mettre de l'eau salée à bouillir.  
- Pendant ce temps, peler l'oignon et l'émincer. Peler et dégermer l'ail, l'écraser.  
- Plonger les spaghetti dans l'eau bouillante et les faire cuire le temps nécessaire.  
- Sortir les algues de l'eau et les rincer. Les couper en petits morceaux et les faire cuire dans l'eau bouillante avec les pâtes une minute avant la fin de la cuisson des pâtes.   
- Faire chauffer l'huile d'olive dans une petite poêle.

Ajouter l'oignon et l'ail et les faire cuire jusqu'à ce qu'ils deviennent transparents.  
- Ajouter la crème, saler et poivrer. Chauffer quelques minutes et couper le feu.

- Égoutter les pâtes et les algues. Répartir dans les assiettes puis napper de sauce aux oignons. Enfin, saupoudrer de graines de sésame.