



Snelle zeevruchtenpasta

met prei en venkel in dille-roomsaus



ca. 25min



2 personen

Fan van zeevruchten en lichte smaken? Dan zit je met dit recept helemaal goed! De mix van mossels, inktvisjes en garnalen combineer je in dit recept met ziltige kappertjes en knapperige venkel. De romige saus met dille maakt er vervolgens een harmonieus geheel van. Als dat je niet even terugbrengt de kust van Zuid-Frankrijk, dan weten wij het ook niet meer.

Wat je van ons krijgt

- 1 citroen
- 1 venkel
- 250g tagliatelle ¹
- 1 teen knoflook
- 1 zakje kappertjes
- 1 zakje vissaus ⁴
- 1x preiringen
- 1x zeevruchtenmix ^{2,14}
- 10g verse dille
- 1 beker crème fraîche ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- grote kookpan
- staafmixer
- waterkoker
- fijne keukenrasp
- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), schaaldieren (2), vis (4), melk (7), weekdieren (14). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 809kcal, vet 25.9g, koolhydraten 108.4g, eiwit 33.3g



1. Venkel snijden

Verwarm de oven voor op 190°C. Breng water in een waterkoker aan de kook. Rasp de **citroenschil** fijn. Verwijder de stronk en snijd de **venkel** in de lengte doormidden en dan in de breedte in reepjes. Leg de **venkel** op een bakplaat met bakpapier en besprenkel met olijfolie en een flinke snuf zout. Rooster de **venkel** in 12-15min goudbruin en zachter in de oven.



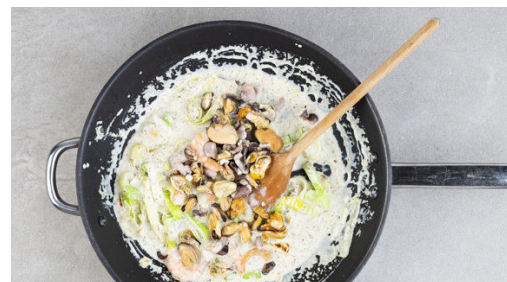
4. Prei bakken

Verhit 1-2tl olijfolie in een grote koekenpan en bak de **prei** met 1/2tl suiker 2-3min totdat de **prei** zacht is.



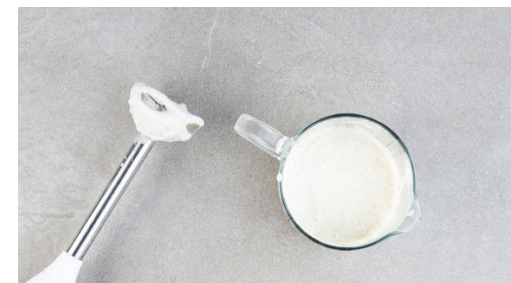
2. Pasta koken

Doe het gekookte water met 1/2tl zout in een grote kookpan en breng het water opnieuw aan de kook. Voeg de **tagliatelle** toe en kook de **pasta** in 6-7min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kop kookwater** op.



5. Zeevruchten toevoegen

Roer de **saus** door de **prei** en voeg dan de **zeevruchten** toe. Stoof de **zeevruchten** 3-4min in de **saus** totdat ze roze en gaar zijn.



3. Saus maken

Pel de **knoflook** en doe de **teen** met de **helft van de kappertjes**, **1tl citroenrasp**, **1el vissaus**, de **crème fraîche**, 1/4tl zout en 1-2el water in een hoge (maat)beker. Pureer met een staafmixer tot een **gladde saus**. Gebruik meer **kappertjes** voor een sterkere smaak.



6. Garnering voorbereiden

Hak de **dille** fijn. Snijd de **citroen** in partjes. Roer de **pasta** door de **saus** en voeg evt. wat **kookwater** toe om het wat sauziger te maken. Roer er dan de **helft van de dille** door en breng de **pasta** op smaak met peper en zout of **vissaus**. Schep de **pasta** op, verdeel de **venkel** en de **rest van de dille** erover. Geef de **citroenpartjes** erbij.