



Spaghetti met garnalen en zeekraal

met romige limoensaus en kaas



20-30min



2 personen

Als je een paar jaar geleden het woord zeekraal liet vallen in een gesprek, keken de meeste mensen je vreemd aan. Maar inmiddels is deze groente een stuk bekender. Zeekraal heeft een zoute smaak en kan zowel rauw als gekookt gegeten worden. Hij past perfect bij deze pasta met gebakken garnalen en romige citroensaus. Strooi er chilivlokken over voor wat extra pit en dit gerecht is helemaal af!

Wat je van ons krijgt

- 250g spaghetti ¹
- 1 bosui
- 1 teen knoflook
- 1 limoen
- 1x garnalen ²
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}
- 30g zeekraal
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 1 zakje chilivlokken

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- keukenrasp
- dunschiller
- zeef of vergiet

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

Allergenen

gluten (1), schaaldieren (2), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 847kcal, vet 34.5g, koolhydraten 99.3g, eiwit 33.9g



1. Bosui snijden

Breng genoeg gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Snijd de **bosui** in schuine ringen. Pel en snijd de **knoflook** in dunne plakjes.



4. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe zodra het water kookt en kook in 7-9min beetgaar. Schep **1 kopje kookwater** uit de pan, giet de **pasta** af en doe terug in de pan. Schaaf de **kaas** in dunne plakjes.



2. Limoen voorbereiden

Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit.



5. Saus maken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **zeekraal** 1-2min en schep uit de pan. Doe de **garnalen** in de pan en bak ze in 2-3min rondom gaar en roze. Draai het vuur uit en roer de **crème fraîche** door de **garnalen**. Breng het geheel op smaak met **limoensap**, **chilivlokken** en zout.



3. Garnalen kruiden

Spoel de **garnalen** in een zeef, laat ze uitlekken en dep ze droog. Meng de **garnalen** met de **knoflook**, **limoenrasp** en 1el olijfolie.



6. Pasta afmaken

Roer de **pasta** door de **saus**. Voeg evt. wat **kookwater** toe om de **saus** te binden. Serveer de **pasta** met de **zeekraal** en bestrooi met de **bosui**, **kaas** en evt. **meer chilivlokken**.