

DINNERLY



Spaghetti met gerookte kip in romige guacamole-pesto



ca. 25min



2 personen

Groene dingen lijken domweg gezonder. En deze spaghetti ziet helemaal groen! Dankzij de guacamole wordt de pasta lekker zacht en romig en door de basilicum komt er een authentiek Italiaans tintje bij. De smaken passen verrassend goed bij elkaar, zeker met de gerookte kipreepjes en de frisse tomaat.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 250g spaghetti ¹
- 2 tomaten
- 10g verse basilicum
- 1 bakje guacamole
- 1x gerookte kipreepjes

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- vergiet
- staafmixer met beker

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

ALLERGENEN

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 819kcal, vet 33.0g, koolhydraten 100.9g, eiwit 29.8g



1. Groenten snijden

Breng voldoende gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snij ze in kleine blokjes. Snij **2/3e van de basilicum mét steeltjes** grof. Pluk **de rest van de basilicum** van de steeltjes en leg opzij. Pel 1 teen knoflook.



2. Saus maken

Pak de staafmixer met een hoge beker. Pureer hierin de **guacamole**, de **gesneden basilicum**, de knoflook, 1el azijn en een flinke snuf zout tot een zachte **pesto**. (Zie ook stap 6 voor een **variantietip!**)



3. Pasta koken

Voeg **de pasta** toe aan het kokende water en kook in 8-10min al dente (beetgaar). Schep **100ml kookwater** uit de pan en hou apart. Laat de **pasta** dan uitlekken vergiet.



4. Kip bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie. Bak de **kipreepjes** ca. 2-3min op hoog vuur tot ze een beetje bruin beginnen te worden. Voeg de **blokjes tomaat** toe en bak ca. 2min mee. Voeg naar smaak peper en zout toe.



5. Afmaken en serveren

Doe de **spaghetti** weer in de kookpan (zonder vuur eronder) en schep de **pesto**, ca. **75ml kookwater** en 1el olijfolie erdoor. Verdeel het **pastamengsel**, de **kip** en de **tomaat** over de borden. Garneer het gerecht met de **blaadjes basilicum**.



6. Fris, frisser, frist

Koken draait allemaal om de juiste verhouding tussen – zoals Samin Nosrat schrijft – zout, vet, zuur en hitte. Hier wordt het zuur in de guacamole versterkt door de azijn. Om net een andere, fruitige noot toe te voegen, kun je de azijn vervangen door het sap van die halve citroen die je misschien nog hebt liggen.