



Spaghetti al pollo

in een romige courgette-wortelsaus



ca. 20min



2 personen

Dit bordje warme spaghetti met kip is een mooi voorbeeld van veel voor weinig. Niet alleen staat dit gerecht in een mum van tijd op tafel, dit is ook een bordje eten waar iedereen van zal smikkelen. Geloof ons, het gaat altijd leeg. De snelle groentesaus van geraspte wortel en courgette gemixt met zoute kaas en gebakken kip maakt van dit recept een echte crowdpleaser.

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 10g verse peterselie
- 1x kipstukjes
- 5g Habesha's Berbere spice blend
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 blokje Italiaanse harde kaas ⁷
- 250g spaghetti ¹
- 1 courgette
- 1x wortelreepjes
- 1 beker crème fraîche ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- keukenrasp
- grote wok of koekenpan
- maatbeker
- grote kookpan

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

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 924kcal, vet 44.3g, koolhydraten 78.7g, eiwit 49.1g



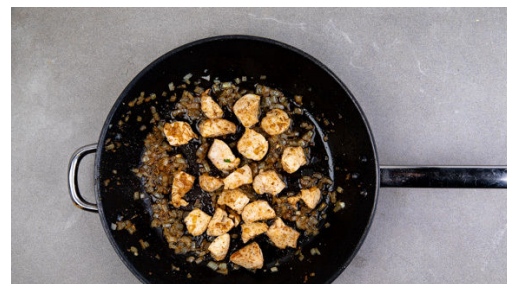
1. Smaakmakers snijden

Breng ruim gezouten water in een grote kookpan aan de kook voor de **pasta**. Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn. Hak de **peterselie** fijn.



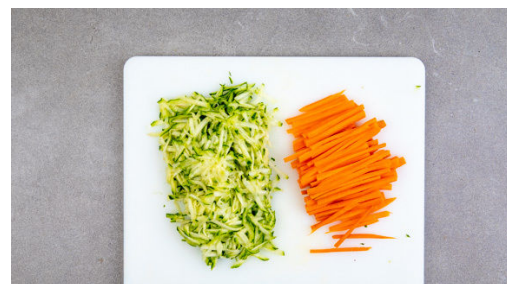
4. Pasta koken

Voeg **2/3e van de spaghetti** toe zodra het water kookt (of meer bij grote trek) en kook de **pasta** in 9-10min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op. Houd de **pasta** warm.



2. Kip bakken

Verhit een wok of grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg 1-2el olijfolie toe. Bak de **kipstukjes** met **1-2tl Berbere spice blend** en een snuf zout in 2-3min rondom goudbruin. Voeg de **knoflook** en **ui** toe en bak 1-2min mee.



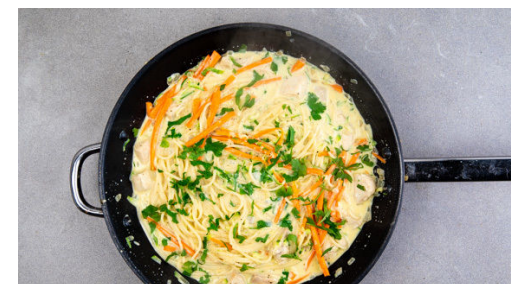
5. Groenten voorbereiden

Neem de **wortelreepjes** uit de verpakking. Rasp de **courgette** grof.



3. Saus starten

Schenk 200-250ml water in de pan en verkruiemel het **bouillonblokje** erboven. Breng de **bouillon** aan de kook en laat de **bouillon** 8-10min borrelen totdat deze is ingedikt. Rasp de **kaas** fijn.



6. Pasta mengen

Voeg de **wortel** en **courgette** aan de **bouillon** toe en kook 2-3min mee. Voeg dan de **crème fraîche**, **kaas**, **pasta** en de **helft van de peterselie** toe en roer door. Voeg evt. een **scheut kookwater** toe om de **sous** te verdunnen. Proef en breng de **pasta** op smaak met meer **spice blend**, peper en zout. Serveer de **pasta** bestrooid met de **rest van de peterselie**.