



Snelle Turkse pasta met kip en frisse knoflook-yoghurtsaus



ca. 25min



2 personen

Dit snelle recept bedacht chef Martina met Manti in haar achterhoofd. Manti zijn een soort Turkse ravioli, gevuld met een kruidig gehaktmengsel en overgoten met een frisse knoflook-yoghurtsaus. Voor het Marley Spoon-recept kook je de pasta eerst in een geurige kaneelbouillon en voor erdoor maak je een tomatensaus met verse oregano. Top je bordje af met yoghurtsaus en sumak en je Turkse feestje is klaar!

Wat je van ons krijgt

- 1 bosui
- 1 teen knoflook
- 10g verse kruidenmix: oregano & munt
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 sachet kaneel
- 250g penne ¹
- 1x kipstukjes
- 2 tomaten
- 1 kuipje yoghurt ⁷
- 1 minikomkommer
- 1 zakje zwarte olijven
- 5g sumak

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- boter of olie
- azijn

Kookgerei

- waterkoker
- middelgrote kookpan
- vergiet
- maatbeker
- grote wok of koekenpan

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 853.0kcal, vet 25.7g, eiwit 49.2g, koolhydraten 102.5g



1. Smaakmakers snijden

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Hak het **wit van de bosui** fijn en snijd het **groen** in ringetjes. Pel en hak de **helft van de knoflook** fijn en snijd de **rest** in plakjes. Pluk de **muntblaadjes** en snijd ze in reepjes.



4. Saus maken

Pluk de **oreganoblaadjes** en hak ze grof. Snijd de **tomaten** in blokjes. Roer de **gehakte knoflook** met 1/8tl zout door de **yoghurt**.



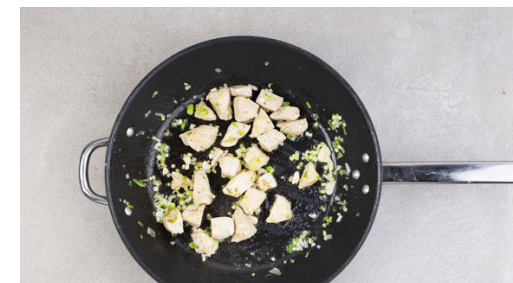
2. Pasta koken

Doe het gekookte water met het **bouillonpoeder** en de **kaneel** in een middelgrote kookpan en breng de **bouillon** aan de kook. Kook **2/3e van de pasta** in 9-10min beetgaar. Vang bij het afgieten **100ml kookwater** op.



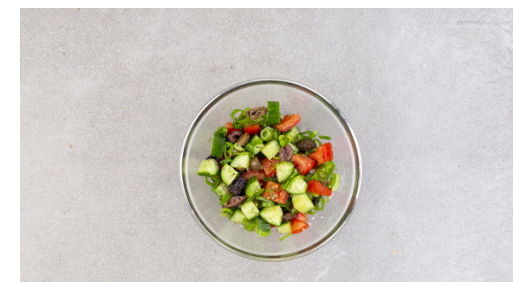
5. Saus afmaken

Voeg de **oregano** met de **helft van de tomaten** aan de koekenpan toe en bak 3min mee totdat de **kip** gaar is. Voeg dan de **pasta** en het **kookwater** toe en kook 1-2min op middelhoog vuur totdat de **saus** de **pasta** mooi omhult. Neem de pan van het vuur en roer de **munt** door de **pasta**.



3. Saus starten

Smelt 1el boter of verhit 1el olijfolie in een grote wok of koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de **kip**, het **wit van de bosui** en de **knoflookplakjes** met 1/4tl zout toe. Roerbak 5min totdat de **kip** rondom goudbruin is.



6. Salade maken

Snijdt de **minikomkommer** in kleine blokjes. Hak de **olijven** grof en meng ze in een kom met de **rest van de tomaat**, de **komkommer**, **bosuingen**, 1el olijfolie, 1el azijn (bij voorkeur witte wijn), 1/8tl zout en een snuf peper. Schep de **pasta** op, besprenkel met de **yoghurtsaus** en bestrooi met de **sumak**. Serveer de **salade** erbij.