



Penne met peultjes en courgette en spinazie-walnootpesto



ca. 25min



2 personen

Als groen je lievelingskleur is dan heb je vandaag de jackpot gewonnen! Penne straalt in een heldergroene pesto van spinazie en walnoten, en de knapperige peultjes en de gebakken courgettes zijn net zo groen. Strooi er nog wat dukkah over en buon appetito!

Wat je van ons krijgt

- 200g penne ¹
- 1 teen knoflook
- 100g babyspinazie
- 50g walnoten ¹⁵
- 1 zakje edelgistsvlokken
- 1 courgette
- 150g peultjes
- 1 zakje dukkah

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

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

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

Allergenen

gluten (1), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 748kcal, vet 34.0g, koolhydraten 89.2g, eiwit 21.6g



1. Pesto maken

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Pel en hak de **knoflook** grof. Doe de **knoflook** met de **helft van de spinazie**, de **walnoten**, de **edelgistsvlokken**, **60ml kookwater**, 1el olijfolie en 1el azijn in een hoge (maat)beker en pureer met een staafmixer glad. De **pesto** wordt vloeibaarder en gladder als je langer pureert.



4. Peultjes blancheren

Snijd de **peultjes** schuin doormidden en doe ze in een zeef. Schep eerst wat **pastawater** uit de pan en giet dan de **pasta** af over de **peultjes** in de zeef en laat uitlekken.



2. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 8-10min beetgaar.



5. Pasta mengen

Doe de **pasta** met de **peultjes**, de **pesto** en de **rest van de spinazie** in de **courgettepan**. Meng alles goed en verwarm 1-2min, tot de **spinazieblaadjes** geslonken zijn. Voeg evt. wat **pastawater** toe.



3. Courgette bakken

Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **courgette** in 5-6min goudbruin. Breng op smaak met een flinke snuf zout en peper.



6. Afmaken en serveren

Proef en breng de **pasta** op smaak met zout en peper en verdeel over borden of kommen. Bestrooi met de **dukkah** en serveer.