



Snelle pasta pesto van cavolo nero

en citroenbasilicum met geconfijte tomaatjes



ca. 25min



2 personen

Oeh la la, voor een bordje pasta pesto schuiven wij graag aan! Vertel het de kids niet, want de pesto hebben we extra "body" gegeven door er zacht gegaarde cavolo nero aan toe te voegen. Deze donkergroene kool met kroezende bladeren is de frivole neef van de gewone boerenkool. Extra mooi meegenomen is dat de cavolo nero stoffen met geneeskrachtige en ontstekingsremmende werking bevat. Ideaal!

Wat je van ons krijgt

- 1x cavolo nero
- 1x cherrytomaten
- 2 zakjes pistachenoten ¹⁵
- 20g verse citroenbasilicum
- 250g volkoren fusilli ¹
- 1 teen knoflook
- 1x witte kaas ⁷
- 1 blokje Italiaanse kaas ^{3,7}

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- azijn

Kookgerei

- oven
- ovenschaal
- middelgrote koekenpan
- waterkoker
- middelgrote kookpan
- vergiet
- keukenrasp
- maatbeker
- staafmixer

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 703kcal, vet 33.4g, koolhydraten 66.0g, eiwit 28.3g



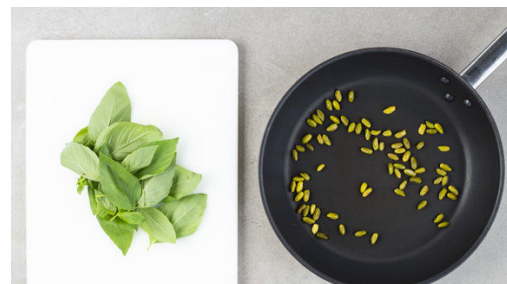
1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C. Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Rits de **bladeren** van de **cavolo nero** en snijd ze grof. Meng in een ovenschaal de **cherrytomaten** met 1el olijfolie, 1/8tl zout en een snuf peper. Rooster 8-10min totdat de velletjes openbarsten. Haal de schaal uit de oven en zet opzij tot stap 6.



4. Pasta koken

Voeg **2/3e van de fusilli** toe en kook de **pasta** in 7-8min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op en doe de **pasta** met een scheutje olijfolie terug in de pan. Bewaar de **rest van de pasta** voor een ander recept.



2. Topping voorbereiden

Rooster de **pistachenoten** 1-2min in een droge, middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. Let op, de **nootjes** kunnen snel verbranden! Schep uit de pan, laat iets afkoelen en hak de **pistachenoten** grof. Pluk de **basilicumblaadjes**.



5. Pesto maken

Pel en hak de **knoflook** grof. Rasp de **Italiaanse kaas** grof. Hak de **basilicum** grof en doe de **helft** met de **cavolo**, **knoflook**, **geraspte kaas**, de **helft van de pistache**, 1/8tl zout, een snuf peper, 1el azijn en **100ml kookwater** uit de pastapan in een hoge (maat)beker. Pureer glad.



3. Cavolo nero blancheren

Doe het gekookte water met 1/2tl zout en de **cavolo** in een grote kookpan en breng het water opnieuw aan de kook. Kook de **cavolo** in 1-2min zachter. Schep de **bladeren** met een schuimspaan of lepel in een vergiet en spoel ze om met koud water. Druk er dan zo veel mogelijk vocht uit. Breng het water in de kookpan opnieuw aan de kook.



6. Pasta mengen

Roer de **pesto** en **tomaten** door de **pasta** en zet het vuur onder pan hoog. Bak al roerend 1min. Voeg evt. een **scheutje kookwater** toe en breng op smaak met peper en zout. Schep de **pasta** op en garneer met de **rest van de pistache** en **basilicum**. Verkruiemel de **witte kaas** erover.