



Vegan pasta carbonara

met portobellobacon en rucolaslaatje



20-30min



2 personen

Een vegan carbonara klinkt als een contradictio in terminis. Want hoe maak je een vegan versie van een gerecht dat hoofdzakelijk uit boter, ei en spek bestaat? Chef Martina kreeg het voor elkaar, door gul gebruik te maken van sojaroom, edelgistvlokken en noten. Verder kwam ze op het briljante idee om dunne plakjes portobello knapperig te bakken ter vervanging van de bacon. Een geslaagd experiment, al zeggen we het zelf.

Wat je van ons krijgt

- 2 portobello's
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 2 zakjes milde mosterd ¹⁰
- 1 zakje kurkumapoeder
- 1 zakje edelgistvlokken
- 1 pakje sojaroomb ⁶
- 250g penne ¹
- 1 zakje pijnboompitten
- 1x babyspinazie
- 1x rucola

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- staafmixer met maatbaker
- grote hapjespan of koekenpan
- middelgrote kookpan
- vergiet

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

Kooktip

Maak je geen zorgen als de portobelloplakjes nog slap zijn na het bakken. Ze worden knapperig tijdens het afkoelen.

Allergenen

gluten (1), soja (6), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

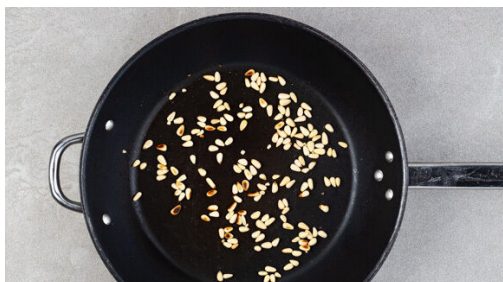
Voedingswaarde per portie

calorieën 952kcal, vet 43.6g, koolhydraten 111.4g, eiwit 28.8g



1. Paddestoelen roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C. Kook ruim water in een waterkoker. Verwijder de stelen en snijd de **portobello's** in zo dun mogelijke plakjes. Meng ze met 2el olie, **1/2tl gerookt paprikapoeder**, 1/4tl zout en een snuf peper. Verdeel de **portobello's** over 1-2 bakplaten met bakpapier. Bak 13-18min en schep halverwege om. Laat buiten de oven afkoelen (**zie tip, links**).



4. Pijnboompitten roosteren

Verhit een droge, grote hapjespan of koekenpan op middelhoog vuur. Rooster de **pijnboompitten** in 2-3min goudbruin. Let op, ze kunnen snel verbranden. Haal ze uit de pan.



2. Saus pureren

Pel en hak de **ui** en **knoflook** grof. Doe de **ui**, **knoflook**, **mosterd**, **1/4tl kurkuma**, **1tl paprikapoeder**, 1/4tl zout, de **edelgistvlokken** en **sojaroomb** in een hoge maatbeker. Pureer glad.



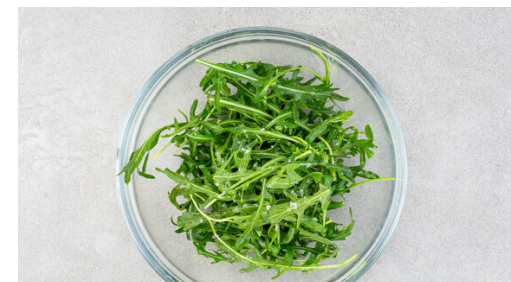
5. Saus verwarmen

Schenk de **saus** in de gebruikte koekenpan en breng aan de kook. Laat 4-5min zachtjes pruttelen. Proef en breng de **saus** op smaak met meer **paprikapoeder**, zout en/of peper. Voeg de **pasta** met het **kookwater** en de **spinazie** toe. Roer tot de blaadjes geslonken zijn.



3. Pasta koken

Doe het gekookte water met 1/2tl zout in een grote kookpan en breng opnieuw aan de kook. Voeg de **penne** toe en kook 7-8min, tot de **pasta** beetgaar is. Vang bij het afgieten **100ml kookwater** op.



6. Salade maken

Meng de **rucola** met 1el olijfolie, 1el azijn (het liefst balsamicoazijn) en een snuf zout en peper. Bestrooi met de **pijnboompitten**. Serveer de **pasta** met de **portobellobacon** bovenop en de **salade** ernaast.