



Vegan penne met paprika-cashewsaus en pittige gekarameliseerde pecannoten



ca. 25min



2 personen

Als je vaker veganistisch eet, weet je vast wel dat je heerlijke romige sauzen kunt maken met cashewnoten en edelgistvlokken. Vandaag voegen we nog een extraatje toe, in de vorm van pittige gekarameliseerde pecannoten.

Wat je van ons krijgt

- 250g penne ¹
- 1 zakje cashewnoten ¹⁵
- 1 rode paprika
- 1 teen knoflook
- 1 verse chilipeper
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 1 zakje pecannoten ¹⁵
- 1 zakje edelgistvlokken
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1x babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- 2 middelgrote koekenpannen
- staafmixer met beker
- maatbeker
- vergiet

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 818kcal, vet 29.1g, koolhydraten 109.7g, eiwit 26.7g



1. Paprika snijden

Breng in een middelgrote kookpan ruim zout water aan de kook voor de **pasta**. Doe de **cashewnoten** met 125ml heet water in een hoge (maat)beker. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in stukken. Pel en hak de **knoflook** grof.



4. Noten karameliseren

Hak de **helft van de chilipeper** fijn en meng met een flinke snuf **paprikapoeder**, 1el suiker en een snuf zout. Verhit een 2e middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en smelt de **chilisuiker** tot ze vloeibaar en goudkleurig is. Voeg de **pecannoten** toe en roer snel door. Stort de **noten** op een stuk bakpapier en laat afkoelen.



2. Paprika bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **paprika** ca. 4min. Voeg de **knoflook** toe en bak 1min mee. Schep de inhoud van de pan bij de **noten**. Was de pan nog niet af.



5. Saus pureren

Doe 1-2tl azijn met de **helft van de edelgistvlokken**, de **helft van het bouillonpoeder** en een flinke snuf **paprikapoeder** in de (maat)beker en pureer tot een gladde **sous**. Breng op smaak met peper en zout.



3. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op.



6. Pasta afmaken

Zet de paprikapan terug op middelhoog vuur en verwarm de **sous** met de **spinazie** 2-3min, tot de **blaadjes** geslonken zijn. Voeg de **pasta** toe en gebruik evt. wat **kookwater** om de **sous** te verdunnen. Breng op smaak met peper en zout. Serveer de **pasta** bestrooid met de **noten**.