



## Vegan spaghetti met aubergine

en amandelroomsaus met rucola



ca. 25min



2 personen

Als je vaker veganistisch eet, heb je vast wel eens gehoord van edelgistvlokken, of nutritional yeast. Dit bijzondere goedje heeft een lekker hartige umamismaak en wordt vaak gebruikt om geraspte kaas na te bootsen. Dat laatste doe je vandaag door edelgist aan een amandelroomsaus toe te voegen. Het resultaat is een heerlijk zuivelvrije maaltijd.

## Wat je van ons krijgt

- 1 aubergine
- 1 zakje amandelen <sup>15</sup>
- 250g spaghetti <sup>1</sup>
- 1 citroen
- 2 zakjes edelgistsvlokken
- 1 zakje zwarte olijven
- 1x rucola
- 1 zakje pompoenpitten

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- suiker

## Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- kleine koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- fijne keukenrasp
- 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.

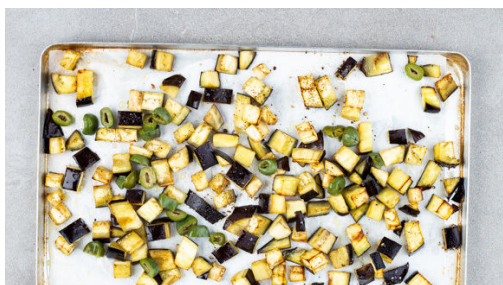
### Voedingswaarde per portie

calorieën 1053kcal, vet 51.1g, koolhydraten 113.8g, eiwit 35.8g



1. Aubergine bakken

Verwarm de oven voor op 210°C. Snijd de **aubergine** in blokjes en spreid ze uit over een bakplaat met bakpapier. Hussel om met 1el olijfolie en een snuf zout en peper. Rooster in 17-20min gaar en goudbruin in de oven .



4. Olijven toevoegen

Halveer de **helft van de olijven** (of meer naar smaak) en meng ze met **1-2el citroensap**. Bak ze in de laatste 5min op de bakplaat met **aubergine** mee.



2. Amandelen roosteren

Hak de **amandelen** grof en rooster ze in een droge, kleine koekenpan in 1-2min goudbruin. Let op, ze kunnen snel aanbranden. Kook in een middelgrote kookpan genoeg zout water voor de **pasta**.



5. Pompoenpitten hakken

Voeg de **spaghetti** aan het kokende water toe en kook de **pasta** in 7-9min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op. Doe de **pasta** met een scheutje olijfolie terug in de pan. Rooster de **pompoenpitten** ca. 2min op matig vuur in de gebruikte koekenpan. Hak of maal de **pitten** met **rest van de edelgistsvlokken** en een snuf zout fijn.



3. Amandelroomsaus maken

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Doe ca. **2/3e van de amandelen** met **2/3e van de edelgistsvlokken**, **1-2tl citroenrasp**, en 2-3el olijfolie in een hoge (maat)beker. Pureer en voeg geleidelijk 150-200ml water toe, tot een vloeibare maar niet te dunne **sous** ontstaat. Breng op smaak met peper en zout.



6. Pasta afmaken

Meng de **pasta** met de **amandelroom**. Voeg **kookwater** toe om de **sous** te binden en proef of je nog peper en zout wil toevoegen. Serveer de **pasta** met de **aubergine**, **olijven**, de **rest van de amandelen** en de **pompoenpittentopping**. Meng de **rucola** met 1el olijfolie, **2-3tl citroensap** en een snuf peper, zout en suiker en serveer dit er als **salade** bij.