MARLEY SPOON

Pasta met garnalen en zeekraal

met sambal badjak en gebakken uitjes

ca. 20min 2 personen

De pasta van vandaag staat niet alleen razendsnel op tafel maar is ook nog eens gevuld met de beste ingrediënten: sappige garnalen, zoutige zeekraal en geurige gemberwoksaus verwennen de zintuigen en brengen je in die heerlijke staat waarin de tijd even stil lijkt te staan. Geniet ervan!

Wat je van ons krijgt

- 200g biologische tagliatelle [2]
- 1x ASC-garnalen, ontdooid [1]
- 30g zeekraal
- 30g sambal badjak
- 1 zakje poké-kruidenmix [4]
- 200g preiringen
- 2 tomaten
- 100ml gemberwoksaus [2,4,5,6]
- 1x gebakken uitjes [2]

Wat je thuis nodig hebt

- 2½el boter [3]
- peper en zout
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- vergiet

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

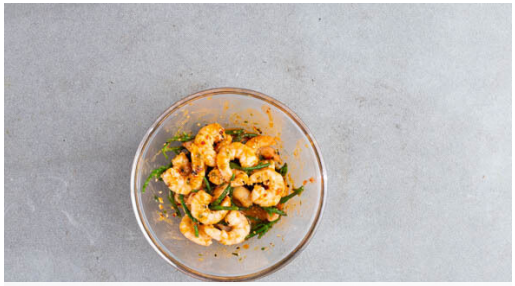
Kooktip
Je kunt ook minder sambal badjak gebruiken, als je het minder pittig wilt.

Allergenen
Schaaldieren (1), Gluten (2), Melk (3), Sesamzaad (4), Soja (5), Zwaveldioxide en Sulfieten (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie
calorieën 789kcal, vet 23.2g, koolhydraten 109.2g, eiwit 33.0g

1. Garnalen bakken

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Spoel de **garnalen** in een vergiet af met koud water en dep ze droog met wat keukenpapier. Smelt ½el boter in een grote koekenpan op medium tot hoog vuur. Voeg de **garnalen**, **zeekraal** en de **sambal badjak** toe en bak 2-4min, tot de **garnalen** roze zijn.



2. Garnalen kruiden

Schep de **garnalen** en de **zeekraal** uit de pan en meng met de **poké-kruidenmix**. Veeg de pan nog niet schoon.

3. Prei bakken

Smelt 1el boter in de gebruikte koekenpan op medium tot hoog vuur. Voeg de **prei** met een flinke snuf peper en zout toe en bak in ca. 3min glazig.

4. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Giet af in een vergiet en laat uitlekken.

5. Tomaten meebakken

Snijd de **tomaten** in partjes. Blus de **prei** af met 1el azijn en voeg dan de **tomaten** en de **gemberwoksaus** toe. Bak ca. 3min mee op medium tot hoog vuur, tot de **tomaten** zacht zijn.

6. Pasta mengen

Meng de **pasta** met de **groente** en 1el boter in de pan. Proef en breng op smaak met peper en zout. Verdeel de **pasta** over borden en top met de **garnalen** en **zeekraal**. Bestrooi met de **gebakken uitjes** en serveer.