

DINNERLY



Pasta met gerookte kip en courgette in romige tomatensaus



ca. 25min



2 personen

Tijd voor pasta! Deze versie in romige tomatensaus doet ons watertanden. We gebruiken vandaag lumaconi: pasta in de vorm van slakkenhuisjes, waarin lekker veel saus blijft hangen. We serveren 'm met gebakken courgette en malse kipreepjes.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 250g lumaconi¹
- 1 courgette
- 1 vleestomaat
- 1 blikje tomatenpuree
- 1 kuipje crème fraîche⁷
- 1x gerookte kipreepjes

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el boter⁷
- 1tl honing
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- vergiet

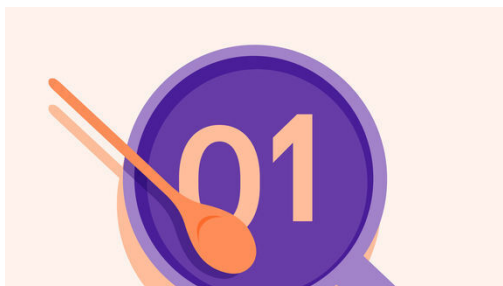
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

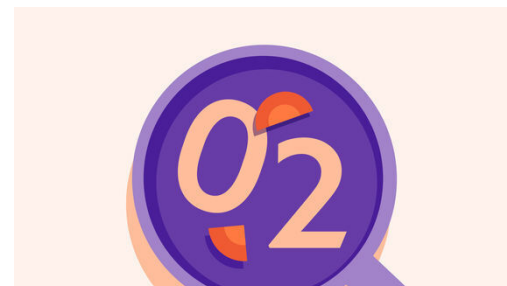
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 934kcal, vet 39.1g, koolhydraten 110.5g, eiwit 33.0g



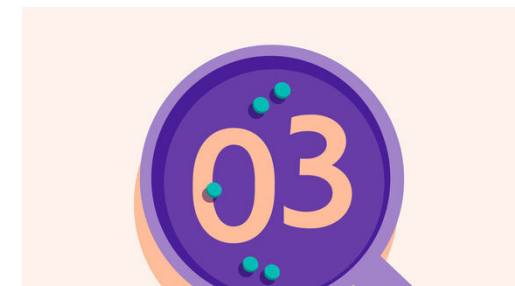
1. Courgette bakken

Breng ruim gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Snij de **courgette** in de lengte doormidden en dan overdwars in dunne plakken. Verhit een grote koekenpan met 1el olijfolie op medium tot hoog vuur. Bak de **courgette** 3-5min, tot ie mooi bruin is. Haal uit de pan en zet opzij. De pan gebruiken we zo weer.



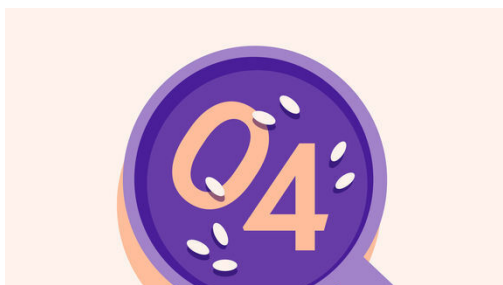
2. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe en kook in 8-10min beetgaar. Schep een kopje **kookwater** uit de pan, giet de **pasta** af en doe terug in de pan.



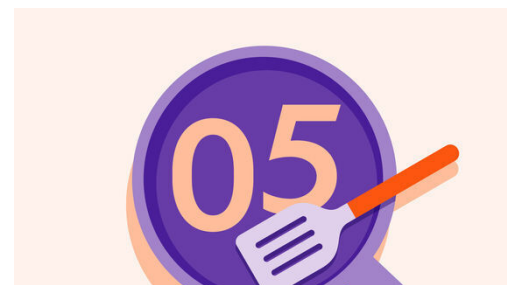
3. Saus opzetten

Pel 1 teen knoflook en snij of pers fijn. Snij de **tomaat** in stukken van ca. 2cm. Smelt 1el boter in de gebruikte koekenpan op laag vuur. Fruit de knoflook ca. 30sec. Voeg de **tomatenpuree**, **tomaat** en 1tl honing toe en bak 3-5min.



4. Saus koken

Roer de **crème fraîche** door de pan en kruid met 1/2tl peper en 1/2tl zout. Voeg de **kipreepjes** en de **courgette** toe en laat de **saus** 3-5min zachtjes koken.



5. Afmaken en serveren

Meng de **pasta** met de **saus**. Voeg evt. wat **kookwater** toe om de **saus** te verdunnen. Proef en breng op smaak met peper en zout. Schep de **pasta** op borden en serveer.



6. Fris of kazig?

Voor een luxe volle smaak kun je deze pasta heerlijk op smaak brengen met wat geraspte parmezaan. Heb je het liever fris dan kazig? Druppel er dan wat citroensap over.