



Eenpanspasta met spek en kikkererwten

met komkommersalade en basilicum



ca. 30min



2 personen

Eenpanspasta's zijn favoriet bij ons, zeker op die chaotische doordeweekse dagen waarop je al blij bent als je iets op tafel weet te zetten. Deze variant met penne, een snelle tomatensaus, kikkererwten spek en kaas staat niet alleen heel snel op tafel maar is ook nog eens ontzettend lekker.

Wat je van ons krijgt

- 1 pakje spekblokjes
- 1 teen knoflook
- 2 wortels
- 1 blik biologische kikkererwten
- 15g verse kruidenmix: basilicum & oregano
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 200g biologische penne ¹
- 400g tomatenpassata
- 1 komkommer
- 1 blokje Italiaanse kaas ²

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- waterkoker
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

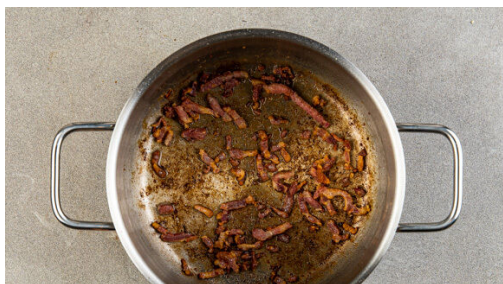
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), melk (2). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1041kcal, vet 37.6g, koolhydraten 133.1g, eiwit 34.1g



1. Spek uitbakken

Verhit een middelgrote, droge kookpan op middelhoog vuur. Bak de **spekreepjes** in 5-7min goudbruin en knapperig. Neem uit de pan en zet opzij. Laat zoveel mogelijk **bakvet** achter in de pan, deze gebruiken we zo weer.



2. Ingrediënten voorbereiden

Breng 400ml water aan de kook in een waterkoker. Pel de **knoflook** en hak fijn. Schrob of schil de **wortels**, snijd in de lengte in vieren en dan in kleine blokjes. Spoel de **kikkererwten** af in een zeef en laat uitlekken.



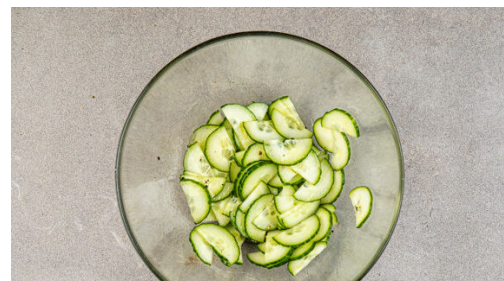
3. Saus opzetten

Voeg de **wortel** en de **kikkererwten** toe aan de pan met **bakvet** en bak met 1el olijfolie 4-5min op middelhoog vuur. Pluk de **oreganoblaadjes** en hak ze grof. Roer het **bouillonpoeder** en een snuf peper door de pan, voeg dan de **oregano** en **knoflook** toe en bak ca. 1min.



4. Pasta koken

Voeg de **pasta** en **tomatenpassata** toe en schenk het gekookte water erbij. Breng het geheel aan de kook, en laat afgedekt 7-9min koken, tot de **pasta** beetgaar is. Roer regelmatig om en voeg evt. meer water toe als de **pasta** dreigt aan te koeken. Neem in de laatste ca. 5min het deksel van de pan en laat de **saus** wat inkoken.



5. Salade maken

Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Klop een **dressing** van 1el olijfolie, 1el azijn en een snuf peper en zout. Meng de **komkommer** met de **dressing**.



6. Afmaken en serveren

Rasp de **kaas** fijn. Pluk de **basilicumblaadjes** van de steeltjes en hak ze grof. Proef en breng de **pasta** evt. verder op smaak met peper en zout. Verdeel de **pasta** over diepe borden, bestrooi met de **kaas**, **spekreepjes** en **basilicum** en serveer.