



Makkelijke pasta met kip

en romige champignonsaus



ca. 20min



2 personen

Een feest voor kinderen én grote mensen. Deze goedgevulde pasta in romige saus doet het bij iedereen goed. De malse kip, hartige champignons en stevige penne worden geserveerd in een heerlijke roomsaus waar vast en zeker geen druppel van overblijft.

Wat je van ons krijgt

- 200g biologische penne ¹
- 250g champignons
- 1 ui
- 1 kipfilet
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 kuipje crème fraîche ²
- 10g verse peterselie

Wat je thuis nodig hebt

- 2el mosterd ³
- ½el bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan
- maatbeker
- vergiet

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

Allergenen

Gluten (1), Melk (2), Mosterd (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 915kcal, vet 41.1g, koolhydraten 86.7g, eiwit 47.6g



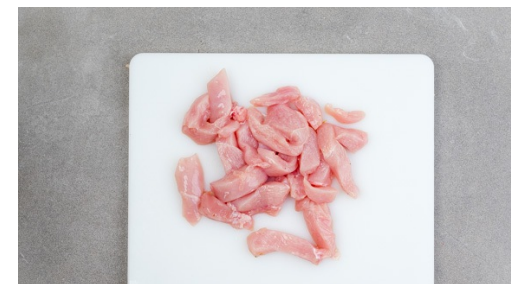
1. Groenten snijden

Breng ruim gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Borstel evt. de **champignons** en snijd ze in vieren, de **grotere exemplaren** in zessen. Pel de **ui** en snijd in dunne reepjes.



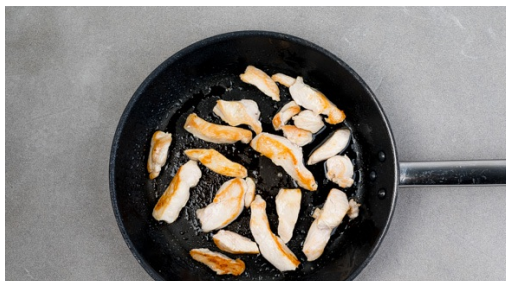
2. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe en kook in 7-9min beetgaar. Laat even uitlekken in een vergiet en zet de **pasta** dan afgedekt in de pan opzij.



3. Vlees snijden

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en snijd het in reepjes van 3-4cm lang.



4. Vlees bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie en bak het **vlees** in 3-4min rondom goudbruin. Neem uit de pan en zet opzij.



5. Groente bakken

Verhit de koekenpan opnieuw middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **champignons** 3-5min. Voeg de **ui** toe en bak nog 1-2min. Bestuif met 1-2tl bloem, roer door en blus af met 100-200ml water. Los de **helft van het bouillonpoeder** op in de **sous** en voeg de **crème fraîche** en het **vlees** toe. Laat 1-2min sudderen.



6. Afmaken en opdienen

Breng het **gerecht** op smaak met 2el mosterd, een flinke snuf peper en zout en evt. **meer bouillonpoeder**. Hak de **peterselie incl. steeltjes** fijn en roer de **helft van de peterselie** door de pan. Schep de **pasta** op borden en verdeel de **sous** erover. Garneer met de **rest van de peterselie**.