



SUPERSNEL



Romige broccoli-kippasta

met citroensaus en verse kruiden



ca. 20min



2 personen

Zo verfijnd kan een bordje pasta zijn - en dat terwijl je dit gerecht in een mum van tijd op tafel zet! Je maakt een saus op basis van zure room en frisse citroen gecombineerd met malse kipstukjes en kraakverse broccoli. Wat fijngehakte verse basilicum en peterselie bovenop geeft de final touch aan dit bijzondere gerecht. Buon appetito!

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 1x broccoli
- 1 citroen
- 250g spaghetti ¹
- 1 blokje Italiaanse kaas ⁷
- 15g verse kruidenmix: peterselie & basilicum
- 1x kipstukjes
- 1x preiringen
- 1 beker zure room ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- bloem ¹

Kookgerei

- grote koekenpan met deksel
- grote kookpan
- fijne keukenrasp
- maatbeker

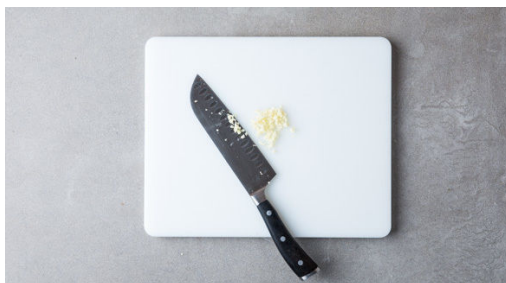
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 888kcal, vet 24.0g, koolhydraten 104.1g, eiwit 57.8g



1. Knoflook snijden

Breng ruim gezouten in een grote kookpan aan de kook. Pel en hak de **knoflook** fijn.



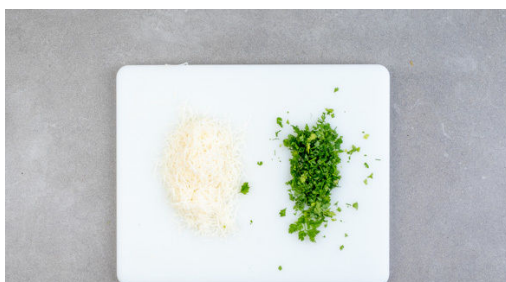
2. Broccoli snijden

Snijd hapklare roosjes van de **broccoli** en snijd de **stam** in plakjes. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit.



3. Pasta koken

Voeg **2/3e van de spaghetti** toe zodra het water kookt en kook de **pasta** in 8-9min beetgaar. Gebruik meer **pasta** bij grotere trek. Schep **350ml kookwater** uit de pan en houd dit apart voor stap 5. Giet de **pasta** verder af, doe terug in de pan en meng met een scheutje olijfolie om vastkleven te voorkomen,



4. Smaakmakers voorbereiden

Rasp de **kaas** fijn. Pluk de **blaadjes** van de **peterselie** en **basilicum** en hak ze fijn, doe de steeltjes weg.



5. Vlees bakken

Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan op hoog vuur en bak de **kipstukjes** in 2-3min rondom goudbruin. Voeg dan de **prei**, **knoflook** en een snuf zout toe en bak 2-3min mee. Zet het vuur iets lager en bestuif de **kip-groentemix** met 1el bloem. Roer door om de bloem te verdelen en voeg dan de **helft van de zure room** en **250ml kookwater** toe.



6. Broccoli toevoegen

Voeg de **broccoli** toe, roer door en stoof met een deksel afgedekt 3-4min. Haal de deksel van de pan en kook nog 1-2min tot de **broccoli** gaar is. Breng de **sous** op smaak met **1-2el citroensap**, peper en zout. Roer de **pasta** erdoor en voeg evt. meer **kookwater** toe. Serveer de **pasta** bestrooid met de **verse kruiden**, **kaas** en **citroenrasp**.