



Romige tagliatelle met bio-kipfilet

met peultjes en zeekraal



ca. 40min



2 personen

Is het niet geweldig als je van iets simpels moeiteloos iets speciaals maakt? Een bordje pasta kennen we allemaal wel. Maar het wordt pas écht iets met malse biologische kip en een romige saus met dille, prei, citroen, peultjes, prei en courgette. En vergeet dat handje zeekraal niet. Een gerecht met ingrediënten die niet iedere dag op je bord liggen - de perfecte keuze voor een speciale avond!

Wat je van ons krijgt

- 2 biologische kipfilets
- 200g biologische tagliatelle ¹
- 1 prei
- 1 courgette
- 1x peultjes
- 70g verse kruidenmix: dille & zeekraal
- 1 onbehandelde citroen
- 200ml kookroom ²
- 1 zakje kippenbouillonpoeder

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan met deksel
- keukenrasp
- citruspers
- vergiet

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

Kooktip

Snijd de rest van de citroen in parten en geef bij de tagliatelle. Of gebruik het sap en wat geraspte schil de volgende dag in een dressing voor een salade.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 1040kcal, vet 50.4g, koolhydraten 97.9g, eiwit 47.5g



1. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog en kruid met een flinke snuf zout. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Bak het **vlees** ca. 3min aan beide kanten. Breng ondertussen in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Neem het **vlees** uit de pan en zet afgedekt op een bord opzij. De pan gebruiken we zo weer.



4. Saus koken

Meng de **room**, de **helft van het bouillonpoeder** en de **citroenrasp** met de **groente**. Leg het **vlees** tussen de **groente**, schenk evt. **braadsappen** erover. Leg een deksel op de pan en laat 5-6min aan beide kanten garen. Neem het **vlees** dan uit de pan.



2. Groente bakken

Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in fijne reepjes. Snijd de **courgette** in blokjes. Verhit de gebruikte koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el olijfolie en bak de **prei** en de **courgette** 6-8min. Voeg de **peultjes** toe en bak ca. 1min mee.



5. Pasta koken

Doe de **pasta** in het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Schep een **kopje pastawater** uit de pan, giet de **pasta** af in een vergiet en laat uitlekken.



3. Ingrediënten voorbereiden

Snijd de **dille incl. steeltjes** fijn. Rasp **1tl citroenschil** fijn en pers de **helft van de citroen** uit.



6. Pasta afmaken

Meng het **citroensap**, **dille** en de **zeekraal** met de **saus** en kruid met een flinke snuf peper. Schep de **pasta** erdoor en voeg evt. beetje bij beetje wat **pastawater** toe, tot je de gewenste consistentie hebt bereikt. Laat nog ca. 2min zachtjes koken en breng op smaak met **bouillonpoeder** en peper. Snijd het **vlees** schuin in plakken en serveer bovenop de **pasta**.