

DINNERLY



Pasta met gebakken pompoen met gedroogde tomaten en peterselie



ca. 30min



2 personen

Een simpel pastagerecht hoeft niet saai te zijn! Onze kok Elisabeth weet precies hoe je van eenvoudige spaghetti een maaltijd op sterrenniveau kunt maken. Met een romige saus, geroosterde pompoen, gedroogde tomaten en kappertjes maken we vandaag een verrassend feestmaal vol speciale smaken. Eet smakelijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 hokkaidopompoen
- 250g spaghetti ¹
- 1 zakje kappertjes
- 40g gedroogde tomaten
- 10g verse peterselie
- 1 kuipje crème fraîche ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- ½tl mosterd ¹⁰
- peper en zout
- suiker
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- zeef

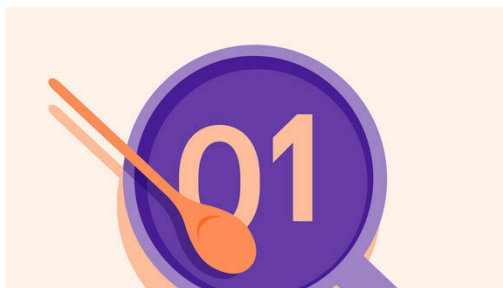
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

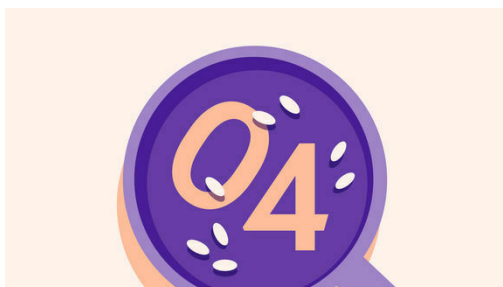
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 919kcal, vet 38.4g, koolhydraten 121.6g, eiwit 19.1g



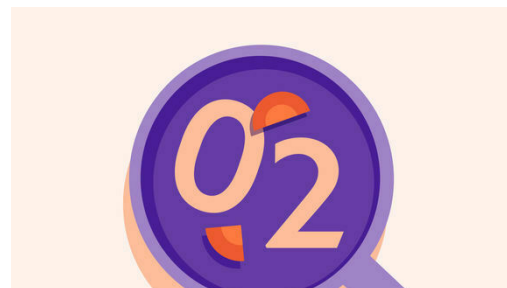
1. Pompoen bakken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Halveer de **pompoen**, verwijder de pitten en snij het vruchtvlees in blokjes van ca. 2cm. Hussel de **pompoenblokjes** om met 1el olijfolie, ½tl zout en een snuf peper. Leg ze op een bakplaat met bakpapier en rooster ze 17-20min in de oven.



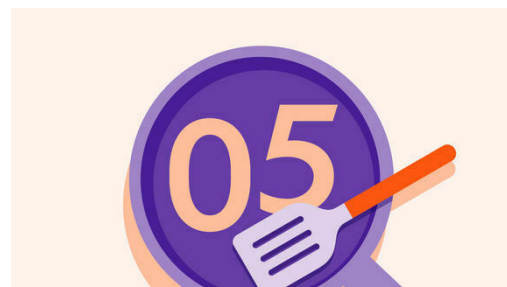
4. Saus maken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie op hoog vuur. Bak de **kappertjes** en **gedroogde tomaten** 1-2min. Haal de pan van het vuur en roer de **crème fraîche**, ½tl mosterd en een snuf suiker erdoor. Proef en kruid rijkelijk met peper en zout.



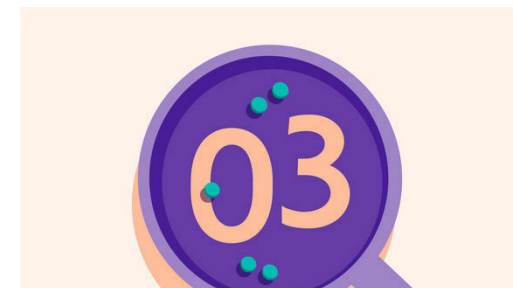
2. Ingrediënten voorbereiden

Breng ruim gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Laat de **kappertjes** uitlekken in een zeef. Snij de **gedroogde tomaten** in dunne reepjes en snij de **peterselie mét steeltjes** grof. Pel en snij of pers 1 teen knoflook fijn.



5. Pasta mengen

Meng de **pasta** met de **saus**, ¾ van de **pompoen** en de **helft van de peterselie**. Voeg beetje bij beetje **kookwater** toe, tot je de gewenste consistentie bereikt hebt. Schep de **pasta** op borden en garneer met de **rest van de pompoen** en de **rest van de peterselie**.



3. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Schep een kopje **kookwater** uit de pan en zet opzij. Giet af en laat uitlekken. Doe de **pasta** terug in de pan en zet afgedekt opzij.



6. Frisse toevoeging

Op dit gerecht valt niets aan te merken: het smaakt geweldig en ziet er prachtig uit. Als je toch nog iets wil toevoegen kun je er een frisse tomatensalade met een lichte balsamicodressing bij maken. Dat past prima bij de romige smaken van de pompoen en crème fraîche en de speciale kick van de kappertjes.