

DINNERLY



Eenpanspasta met kaassaus met pompoen en paprika



30-40min



2 personen

Het is weer tijd voor kaaspasta! Deze versie wordt in één pan bereid, wat je een hoop afwas bespaart. Alleen al de saus is zo heerlijk en romig dat je de groente bijna zou vergeten, maar dat wil je zeker niet, want de zachte pompoen en knapperige paprika passen perfect bij dit feel-good pastagerecht.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 biologische flespompoe
- 1 rode puntpaprika
- 1 zakje knoflook-kruidentmix
- 200g biologische conchiglie ¹
- 75g geraspte cheddar ²

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 150ml melk ²
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- grote kookpan
- dunschiller
- maatbeker
- waterkoker

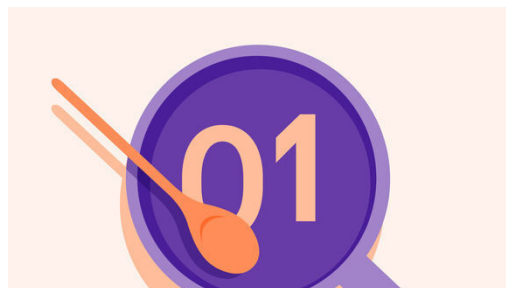
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

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

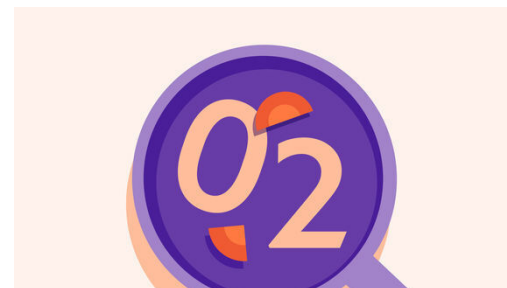
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 795kcal, vet 30.9g, koolhydraten 102.2g, eiwit 25.1g



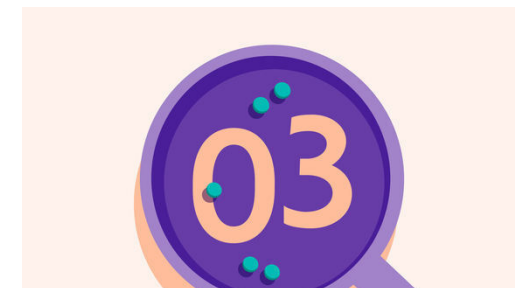
1. Pompoen bakken

Halveer de **pompoen** en schraap de pitten en draden eruit met een lepel. Snij de **pompoen** in stukken van 2cm groot. Verhit een grote kookpan op laag tot middelhoog vuur met 2el olijfolie en bak de **pompoen** 6min, schep af en toe om.



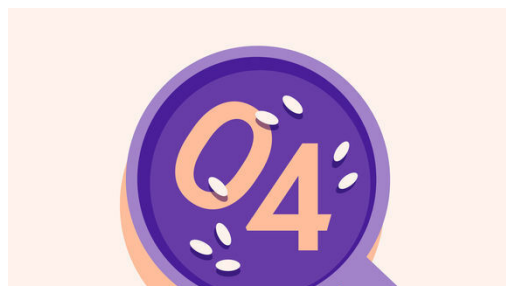
2. Paprika bakken

Kook 350ml water in een waterkoker. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het **vruchtvlees** in smalle reepjes. Voeg de **paprika** toe aan de pan en bak 2-4min mee.



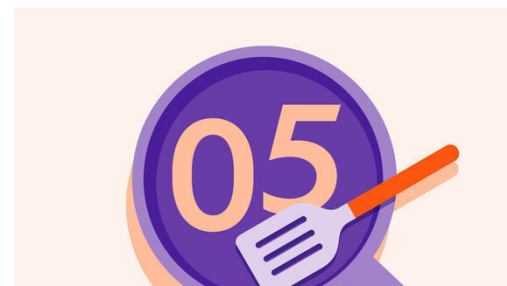
3. Saus toevoegen

Voeg de **kruidentmix**, het gekookte water en 150ml melk toe aan de pan, zet het vuur hoger en breng de **saus** aan de kook.



4. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan de pan, verlaag het vuur en laat het geheel 13-16min koken, tot de **pasta** en **pompoen** (beet)gaar zijn en de **saus** romig is. Roer regelmatig tijdens het koken en voeg evt. een scheutje water toe om te voorkomen dat de **ingrediënten** aankoeken.



5. Afmaken en serveren

Proef de **pasta** en breng verder op smaak met ruim (versgemalen) peper en ½tl zout. Roer de **kaas** door de **saus** en laat smelten. Schep de **pasta met groente** in diepe borden en serveer.



6. Het beste voor het laatst

Als een saus inkookt, kan de smaak van zout heel sterk worden. Breng de pasta daarom pas helemaal aan het einde op smaak met peper en zout.