



Conchiglie met cashew-maïssaus

en tomaten-komkommersalade met basilicum



ca. 35min



2 personen

Bij ons is niet alleen de klant koning, maar zeker ook de smaak. Daarom stoppen we extra liefde in al onze sauzen, en dus ook in de vegan versies. De saus van vandaag maak je met verse maïs en cashewnoten. Hartige cajunkruiden en gistvlokken leveren de smaak. Dit is hoe een goede pasta zou moeten smaken!

Wat je van ons krijgt

- 200g biologische conchiglie ¹
- 1 sjalotje
- 1 verse maïskolf
- 25g gezouten cashewnoten ^{2,4}
- 1 komkommer
- 1 tomaat
- 1 zakje edelgistvlokken
- 1 zakje cajunkruiden
- 10g verse bieslook
- 1 onbehandelde citroen
- 10g verse basilicum

Wat je thuis nodig hebt

- 2el plantaardige boter
- peper en zout
- olijfolie
- balsamicoazijn ³

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- keukenrasp
- citrusspers
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), pinda's (2), sulfieten (3), noten (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 786kcal, vet 34.0g, koolhydraten 101.3g, eiwit 21.1g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Pel en halveer de **sjalot** en hak grof. Verhit een grote koekenpan op middellaag vuur met 1el olijfolie en fruit de **sjalot** met een flinke snuf zout in 3-5min glazig. Verwijder de bladeren en de draden van de **maïskolf** en snijd de **maïs** met een scherp mes van de kolf.



4. Saus pureren

Voeg de **maïs**, de **gistvlokken**, de **helft van de kruidenmix** en 100ml water toe aan de **sjalot** en laat ca. 3min sudderen op middelhoog vuur, tot de **maïs** zacht is. Breng op smaak met een snuf peper en zout. Giet de **cashews** af en doe samen met het **maïsmengsel** in een hoge (maat)beker en pureer. Voeg beetje bij beetje water toe tot er een **dikke saus** ontstaat.



2. Pasta koken

Schep een kopje kokend water uit de kookpan, giet het over de **cashews** en laat ze weken. Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 9-11min beetgaar. Schep **1 kopje pastawater** uit de pan, giet de **pasta** af en laat uitlekken.



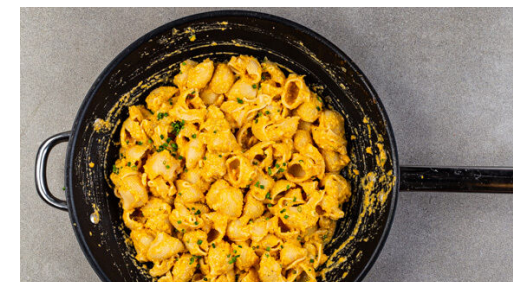
5. Pasta mengen

Doe de **saus** terug in de pan met **50ml pastawater** en 2el plantaardige boter en verwarm ca. 1min op hoog vuur. Voeg de **pasta** toe en meng met de **saus**. Voeg evt. meer **pastawater** toe, tot het geheel romig wordt. Hak de **bieslook** fijn.



3. Salade maken

Snijd ondertussen de **komkommer** in dunne schijfjes en snijd de **tomaat** in grove blokjes. Meng de **komkommer** en de **tomaat** met 1el olijfolie en 1el balsamicoazijn. Breng op smaak met een snuf peper en zout.



6. Pasta afmaken

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Breng de **pasta** op smaak met de **helft van de bieslook**, **2el citroensap** en peper en zout. Pluk de **basilicumblaadjes**, hak ze grof en meng ze met de **salade**. Bestrooi de **pasta** met de **rest van de bieslook** en de **citroenrasp** en serveer met de **salade**.