



Penne met romige paddenstoelensaus

met cherrytomaatjes en amandelen



20-30min



2 personen

Sojaroom is een veganistisch en vetarm alternatief voor koemelkroom, maar minstens zo smakelijk. Met het nootachtige aroma is het de perfecte toevoeging in dit snelle pastagerecht met verse champignons, fruitige cherrytomaten, aromatische basilicum en geroosterd amandelschaafsel.

Wat je van ons krijgt

- 1x champignons
- 1x cherrytomaten
- 1 citroen
- 20g verse basilicum
- 1 teen knoflook
- 250g penne ¹
- 1 zakje amandelschaafsel ¹⁵
- 1 pakje sojaroom ⁶

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- grote koekenpan
- middelgrote kookpan
- fijne keukenrasp
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 853kcal, vet 36.3g, koolhydraten 101.1g, eiwit 26.0g



1. Groenten snijden

Boen de **champignons** evt. schoon en snijd ze in plakjes. Halveer de **cherrytomaten**. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Pluk de **basilicumblaadjes** en hak ze grof. el de **knoflook** en kneus 'm door er met de vlakke kant van je mes druk op uit te oefenen.



4. Pasta koken

Voeg de **pasta** aan het kokende water toe en kook in 9-10min beetgaar. Giet af en meng de **pasta** met een scheutje olijfolie.



2. Amandelen roosteren

Breng ruim gezouten water in een middelgrote kookpan aan de kook. Verhit een grote, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster het **amandelschaafsel** in 1-2min goudbruin. Let op, de **amandelen** kunnen snel verbranden. Haal uit de pan en zet opzij.



5. Saus bereiden

Voeg de **cherrytomaten**, **1tl citroenrasp**, **2/3e van het basilicum** en de **helft van de sojaroom** toe aan de champignonpan. Verkruiemel **2/3e van de amandelen** boven de pan en roer door. Laat de **saus** 2-3min op zachtjes vuur pruttelen.

Tip: je kunt meer **sojaroom** toevoegen voor een rijkere **saus**.



3. Champignons bakken

Verhit 2el olie in dezelfde koekenpan. Bak de **champignons** en **knoflook** 4-6min op hoog vuur, tot de **champignons** goudbruin zijn en het vrijgekomen water is verdampt.



6. Pasta afmaken

Vis de **knoflook** uit de **saus** en roer er dan de **pasta** door. Breng op smaak met **1-2el citroensap**, zout en peper. Schep de **pasta** op en bestrooi met de **rest van de amandelen** en **basilicum**.