



Spaghetti antipasti-stijl

met basilicum en pijnboompitten



20-30min



2 personen

In Italië begint men de maaltijd vaak met antipasti; een selectie van koude hapjes om de smaakpapillen aan te zwengelen voor de hoofdmaaltijd. Wij combineren ingrediënten die je meestal tegenkomt als antipasti (olijven, gedroogde tomaten) met de hoofdmaaltijd. Je pureert er een heerlijke saus op basis van wortels bij en topt alles met pijnboompitjes.

Wat je van ons krijgt

- 250g spaghetti ¹
- 2 wortels
- 1 teen knoflook
- 1 pakje sojaroom ⁶
- 1 zakje Provençaalse kruiden
- 1 zakje gedroogde tomaten
- 1 bosui
- 1 zakje olijven
- 1x cherrytomaten
- 10g verse basilicum
- 1 zakje pijnboompitten

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- grote kookpan
- dunschiller
- vergiet
- staafmixer
- maatbeker
- kleine kookpan

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

Kooktip

Heb je wat extra tijd? Rooster de pijnboompitten dan in 1-2min goudbruin in een droge koekenpan.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 771kcal, vet 35.0g, koolhydraten 97.1g, eiwit 18.3g



1. Pasta koken

Breng ruim gezouten water in een grote kookpan aan de kook. Voeg **2/3e van de spaghetti** toe zodra het water kookt (of meer bij grote trek) en kook de **pasta** in 7-9min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op. Schil of schrob de **wortels** en snijd ze in blokjes. Pel en hak de **knoflook** fijn.



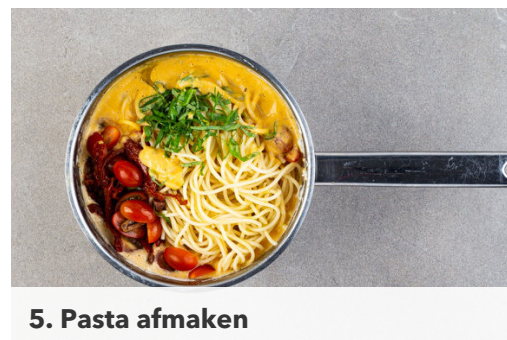
4. Basilicum snijden

Snijd de **basilicumblaadjes** fijn.



2. Saus maken

Doe de **sojaroom**, **wortel** en **knoflook** met 100ml water in een kleine kookpan. Voeg de **Provençaalse kruiden** en een snuf peper en zout toe en breng het geheel aan de kook. Kook 10-12min, tot de **wortel** gaar is. Neem de pan van het vuur en pureer de **inhoud** glad. Proef of je nog meer zout en peper wil toevoegen.



5. Pasta afmaken

Meng de **pasta** met de **helft van de olijven**, **2/3e van de basilicum**, de **saus** de **helft van de gedroogde tomaten** en de **helft van de cherrytomaten**. Voeg een **scheutje kookwater** toe als je de **saus** te dik vindt. Proef en breng op smaak met peper en zout.



3. Ingrediënten snijden

Snijd de **gedroogde tomaten** in reepjes en de **bosui** in dunne ringen. Halveer de **olijven** en **cherrytomaten**.



6. Pasta afmaken

Schep de **pasta** op en garneer met de **rest van de tomaten** en **olijven**, de **pijnboompitten** (zie tip, links), **bosuingen** en de **rest van de basilicum**.