



Penne all'arrabbiata

met artisjokken en mozzarella



ca. 25min



2 personen

Een van onze grote favorieten is terug van weggeweest: pasta arrabbiata! We hebben 'm in een nieuw jasje gestoken, waardoor je hem in een half uurtje op tafel hebt staan. De suga wordt volgens traditioneel recept gemaakt van in olijfolie gegaarde knoflook, tomaten en chilipepers. 'Arrabbiata' betekent 'boos', wat slaat op de pittigheid van het gerecht. Je bepaalt zelf hoe 'boos' je jouw saus maakt, want jij doseert de chili!

Wat je van ons krijgt

- 250g penne ¹
- 1 verse chilipeper
- 1 teen knoflook
- 1 zakje chilivlokken
- 1 blik tomatenblokjes
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 bol mozzarella ⁷
- 10g verse basilicum
- 1 blik artisjokken
- 1x rucola

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- zeef of vergiet

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

Kooktip

Als er kinderen mee-eten laat dan gewoon de chilivlokken weg en garneer evt. alleen je eigen portie met chilivlokken.

Allergenen

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

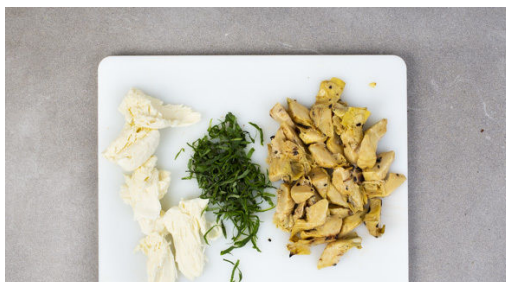
Voedingswaarde per portie

calorieën 913kcal, vet 36.0g, koolhydraten 113.7g, eiwit 32.4g



1. Smaakmakers voorbereiden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Snijd de **chilipeper** in de lengte doormidden en snijd in fijne blokjes. Verwijder evt. de zaadjes als je het minder pittig wilt. Pel en hak de **knoflook** fijn.



4. Ingrediënten voorbereiden

Snijd of scheur de **mozzarella** in grove stukken. Pluk de **basilicumblaadjes** en snijd in fijne reepjes. Giet de **artisjokken** af en hak ze grof.



2. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Giet af en doe de **pasta** terug in de pan. Houd warm.



5. Salade maken

Klop een **dressing** van 2tl olijfolie, 1-2tl azijn en een snuf zout en peper.



3. Saus maken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **chilipeper**, de **knoflook** en de **chilivlokken naar smaak** ca. 1min (**zie kooktip, links**). Blus af met de **tomatenblokjes**, voeg 1tl suiker toe en bak nog 2-3min. Roer de **helft van het bouillonpoeder** erdoor en breng de **saus** op smaak met zout en peper. Laat het 7-8min zachtjes koken, roer af en toe door.



6. Pasta mengen

Roer de **artisjokken** en ca. **2/3e van de basilicum** door de **saus**. Voeg dan de **pasta** toe en warm ca. 1min op. Schep de **pasta** op en verdeel de **mozzarella**, de **rest van de basilicum** en een handje **rucola** erover. Meng de **rest van de rucola** met de **dressing** en serveer deze als **salade** bij de pasta.