



Vegan pasta met aubergine

met hartige amandelroomsaus met rucola



20-30min



2 personen

Als je vaker veganistisch eet, heb je vast wel eens gehoord van edelgistvlokken, of nutritional yeast. Dit bijzondere goedje heeft een lekker hartige umamismaak en wordt vaak gebruikt om geraspte kaas na te bootsen. Dat laatste doe je vandaag door edelgist aan een amandelroomsaus toe te voegen. Het resultaat is een heerlijk zuivelvrije maaltijd.

Wat je van ons krijgt

- 2 aubergines
- 100g amandelen ¹⁵
- 250g spaghetti ¹
- 1 citroen
- 2 zakjes edelgistvlokken
- 1 zakje zwarte olijven
- 1 zakje pompoenpitten
- 100g rucola

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- kleine koekenpan
- staafmixer met beker
- vijzel
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef of vergiet

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

Allergenen

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

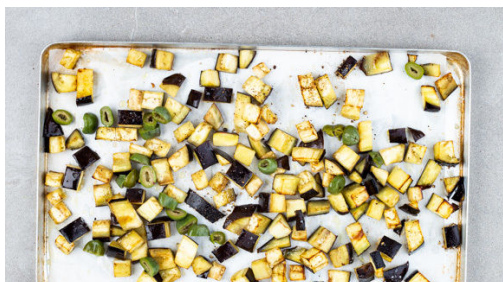
Voedingswaarde per portie

calorieën 1181kcal, vet 61.4g, koolhydraten 120.3g, eiwit 38.0g



1. Aubergine roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Snijd de **aubergine** in blokjes en verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Hussel om met 2el olijfolie en zout en peper. Rooster ca. 17-20min in de oven gaar en goudbruin.



4. Olijven meebakken

Halveer de **helft van de olijven (of meer)** of hak ze grof. Meng ze met **2el citroensap** en bak ze in de laatste 5min op de bakplaat met de **aubergine** mee.



2. Amandelen roosteren

Hak de **amandelen** grof en rooster ze in een droge, kleine koekenpan op middelhoog vuur in 1-2min goudbruin. **Let op**, ze kunnen snel verbranden. Neem uit de pan en laat afkoelen. Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**.



5. Pompoenpitten malen

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Vang bij het afgieten ca. **1 kopje kookwater** op. Rooster de **pompoenpitten** in een kleine, droge koekenpan op middelhoog vuur ca. 2min. Neem de **pitten** uit de pan en maal ze met de **rest van de edelgistvlokken** en een snuf zout fijn.



3. Amandelroom maken

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Houd ca. **2tl amandelen** apart. Doe de **rest van de amandelen** met **1-2tl citroenrasp**, ca. **2/3e van de edelgistvlokken**, 2-3el olijfolie in een hoge (maat)beker. Voeg tijdens het pureren 150-200ml water toe, net zoveel dat de **saus** vloeibaar is, maar niet te dun. Breng op smaak met zout en peper.



6. Pasta afmaken

Meng de **amandelroom** met de **pasta**. Voeg wat **kookwater** toe als de saus te dik is. Verdeel de **aubergine** en **olijven** over de **pasta** en bestrooi met de **pompoenpitten**. Snijd de **rucola** schuin doormidden en meng met 1el olijfolie, **1el citroensap** en zout en peper. Bestrooi met de **rest van de amandelen** en serveer bij de **pasta**.