



Orecchiette met courgette en peultjes en spinazie-walnootpesto



ca. 25min



2 personen

Onze favoriete oortjespasta staat op het menu! Je maakt 'em dit keer met gebakken courgettes, peultjes, dukkah-kruiden en een heerlijke pesto van spinazie en walnoten. Buon appetito!

Wat je van ons krijgt

- 250g orecchiette ¹
- 1 teen knoflook
- 100g babyspinazie
- 50g walnoten ¹⁵
- 50g vegan geraspte kaas
- 1 courgette
- 1x peultjes
- 1 zakje dukkah ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- zeef of vergiet

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

Allergenen

gluten (1), sesamzaad (11), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 820kcal, vet 31.1g, koolhydraten 109.1g, eiwit 23.9g



1. Pesto maken

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Pel en hak de **knoflook** grof. Doe de **knoflook** met de **helft van de spinazie**, de **walnoten**, de **kaas** en **60ml kookwater** in een hoge (maat)beker en pureer met een staafmixer glad. De **pesto** wordt vloeibaarder en gladder als je langer pureert.



4. Peultjes blancheren

Snijd de **peultjes** schuin doormidden en doe ze in een zeef. Giet de **pasta** af over de **peultjes** in de zeef en laat uitlekken.



2. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 9-11min beetgaar. Roer regelmatig, vooral in het begin, zodat de **pasta** niet aan elkaar kleeft.



5. Pasta mengen

Doe de **pasta** met de **peultjes**, de **pesto** en de **rest van de spinazie** in de **courgettepan**. Meng alles goed en verwarm 1-2min, tot de **spinazieblaadjes** geslonken zijn.



3. Courgette bakken

Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **courgette** in 5-6min goudbruin. Breng op smaak met een flinke snuf zout en peper.



6. Afmaken en serveren

Proef en breng de **pasta** op smaak met zout en peper en verdeel over borden of kommen. Bestrooi met de **dukkah** en serveer.