

DINNERLY



Pesto-torchiette met pijnboompitten en courgette en geroosterde paprika



ca. 25min



2 personen

Romige pasta met kaas. Need we say more? Ach, misschien willen de courgette, paprika's en basilicum hier ook nog even vermeld worden, want samen zorgen ze voor een heerlijk vegetarisch gerecht. En het oogt ook nog mooi: het bord schittert als een lentedag!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 250g torchiette¹
- 1 gele paprika
- 1 courgette
- 20g verse basilicum
- 1 blokje harde kaas^{3,7}
- 1 kuipje crème fraîche⁷
- 25g pijnboompitten

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- vergiet
- staafmixer met beker

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

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 882kcal, vet 41.3g, koolhydraten 102.2g, eiwit 23.8g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng voldoende gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Snij de **paprika** in kwarten, verwijder de kern en snij in dunne reepjes. Rasp de **courgette** grof. Hak de **basilicum mét steeltjes** grof. Pel 1 teen knoflook en snij in grove stukken. Rasp de **kaas**.



2. Pesto maken

Doe de **basilicum**, **crème fraîche**, knoflook en een flinke snuf zout in een hoge maatbeker en pureer tot een gladde saus. Breng op smaak met peper en nog wat zout.



3. Roosteren en braden

Verhit een middelgrote koekenpan zonder olie. Rooster de **pijnboompitten** 2-3min op middelhoog vuur tot ze goudbruin zijn. Pas op, ze branden snel aan! Verhit 1tl olijfolie in de koekenpan. Voeg de **paprika** en een snuf zout toe en bak ca. 5min op middelhoog vuur. Schep de **paprika** uit de pan en zet opzij. Spoel de pan niet af.



4. Courgette bakken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 5-6min beetgaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan en hou dit apart. Laat de **pasta** dan uitlekken in een vergiet. Verhit opnieuw 1el olijfolie in de koekenpan, voeg de **courgette** toe met een flinke snuf zout en bak 4-5 min tot het meeste vocht verdamppt is en de **courgette** gaar is. Af en toe roeren.



5. Pasta mengen

Zet het vuur laag en voeg de **pesto**, de **pasta** en ca. **75ml pastawater** toe. Draai het vuur hoog en laat het geheel ca. 1min goed koken. Haal van het vuur en roer de **kaas** erdoorheen. Verdeel de **paprika** en de **pesto-torchiette** over de borden en bestrooi met de **pijnboompitten**.



6. Morgen is een nieuwe dag

Is er iets overgebleven? Dat is haast niet te geloven, maar vreemde dingen gebeuren nou eenmaal. Geen zorgen! Deze torchiette smaakt morgen net zo lekker als vandaag, bijvoorbeeld tijdens de lunchpauze. En je hoeft 'm niet eens op te warmen!