



Pasta alla puttanesca

met knapperige bleekselderij en ansjovis

Dit Italiaanse pastagerecht is pittig en hartig en werd in het midden van de twintigste eeuw uitgevonden. Letterlijk vertaald betekent pasta alla puttanesca "pasta op hoerenwijze". Wat precies het verhaal is achter de naam, is niet helemaal duidelijk. Wel is bekend dat de oorsprong ligt in de hoerenbuurt van het oude Rome. Er zijn vele varianten, wij bereiden 'm met ansjovis, rode peper en bleekselderij (door de zoute ansjovis hoeft je geen extra zout aan het gerecht toe te voegen). Buon appetito!

20 min | 613 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Knoflookteen	<i>st</i>	1	2	2	3
Rode ui	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Cherry tomaten	<i>g</i>	175	350	500	700
Bleekselderij	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Rode peper	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Ansjovis in olijfolie	<i>g</i>	25	45	75	90
Volkoren fusilli	<i>g</i>	85	170	255	340
Verse basilicum	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Citroen	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olijfolie	<i>el</i>	2	3	4	6
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht online met #ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Pel de knoflook. Pel en snipper de ui. Was de tomaat en snijd klein. Was de bleekselderij en snijd in dunne halvemaanjes. Verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd fijn (houd je van pit? Laat dan de zaadjes zitten). Snijd de ansjovis kleiner.
2. Verhit olie in een ruime bakpan en fruit de ui en rode peper 2 minuten op een middelhoog vuur. Voeg de ansjovis toe en bak mee. De ansjovis zal een beetje oplossen in de olie. Pers de knoflook erboven uit en voeg de bleekselderij en tomaat toe. Laat alles circa 10 minuten afgedekt pruttelen.
3. Breng intussen een pan met water en een snuf zout aan de kook voor de pasta. Kook in 7-8 minuten beetgaar. Giet daarna het water af.
4. Snijd de basilicum fijn en roer de helft door de groente saus.
5. Serveer de pasta in diepe borden en schep de saus erop. Lekker met een flinke sliert olijfolie extra vierge en citroensap. Garneer met de overgebleven basilicum.

Tip: Je kunt de basilicum ook pureren met wat lekkere olijfolie en de basilicum dressing over het gerecht sprenkelen.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

