

Pasta puttanesca



Deze Italiaanse pasta puttanesca heb je makkelijk en snel op tafel staan. Heerlijk met ansjovisfilet, tomaat, peper, knoflook, olijven, kaas, champignons, pijnboompitten en volkorenpenne!

Koken : 10

Totaal : 10 min

Ingrediënten

ca. 15 g uitgelekte ansjovisfilets uit blik

1 tomaat

1 rode peper

2 teentjes knoflook

10 blaadjes verse basilicum

6 zwarte olijven zonder pit

2 eetlepels geraspte 30+ kaas

50 g pijnboompitten

200 g volkorenpenne

400 g champignons

1 eetlepel olijfolie

Recept

1. Kook de pasta al dente (beetgaar) volgens aanwijzing op de verpakking.
2. Verhit 1 eetlepel olijfolie in een koekenpan en smelt daarin op laag vuur de ansjovis.
3. Snijd de rode peper in de lengte doormidden. Verwijder de pitjes en snijd de peper in kleine stukjes.
4. Veeg de champignons schoon met een keukenpapiertje of champignonborsteltje en snijd deze in partjes.
5. Doe de champignons met de rode peper en een uitgeperst teentje knoflook bij de ansjovis in de pan. Bak het geheel ongeveer 5 minuten.
6. Snijd de olijven in ringetjes, snijd de tomaat in blokjes en hak de basilicum fijn.
7. Laat de pasta goed uitlekken en schep deze met de olijven, de tomaat en de basilicum door de champignons. Maak op smaak met vers gemalen peper. Serveer met de geraspte kaas. Eet smakelijk!

Voedingswaarden

calories : 600 calories
fat : 20.00 grams
carbohydrate : 72.00 grams
protein : 27.00 grams

<https://www.veggipedia.nl/recepten/pasta-puttanesca>