



MANDEMAKERS VITAAL

Recept

Dit is een recept voor 2 personen.

BENODIGDHEDEN

- 200 gr volkoren pasta
- 1 gele paprika (reepjes)
- 1 rode paprika (reepjes)
- 1 courgette (reepjes)
- 1 ui (dunne ringen)
- 2 teentjes knoflook
- 2 el (olijf)olie
- 1 theelepel oregano
- Zout & peper
- 1/4 kopje geraspte Parmezaanse kaas
- Verse basilicumblaadjes (garnering)

Stap 1

VOORBEREIDING PASTA MET GEROOSTERDE GROENTE

Verwarm de oven voor op 200°C.

Stap 2

Leg de courgette, rode en gele paprika, ui en knoflook op een bakplaat. Besprenkel met olijfolie en bestrooi met de Italiaanse kruiden, zout en peper.

Stap 3

Rooster de groenten in de voorverwarmde oven gedurende ongeveer 20-25 minuten, of tot ze zacht en licht gebruind zijn. Schud de groenten halverwege de kooktijd even om.

Stap 4

Terwijl de groenten roosteren, kook je de pasta volgens de instructies op de verpakking in een grote pan met kokend water tot deze al dente is. Giet de pasta af en bewaar een kopje kookwater.

Stap 5

Meng de geroosterde groenten met de gekookte pasta in een grote kom. Voeg een scheutje van het bewaarde kookwater toe om de pasta smeugiger te maken.

Stap 6

Serveer de pasta met geroosterde groenten op borden. Bestrooi met geraspte Parmezaanse kaas (indien gewenst) en garneer met verse basilicumblaadjes.

