

# MARLEY SPOON



## Tijgergarnalen-tagliatelle

in tomatenroomsaus & courgettelinten



20-30min



Voor 3-4 personen

Op zoek naar een gerecht om alle tafelgenoten groot en klein mee in te pakken? Dan zit je er met dit gerecht er zeker warmpjes bij. De brede lintenpasta en grote garnalen doen het beiden wonderwel in een romige tomatensaus en een topping van courgette. Het schaven van de groente is een kleine handigheid, maar gemarineerd in het frisse citroensap zijn ze in dit gerecht de spreekwoordelijke kers op de taart.

## Wat je van ons krijgt

- ui
- citroen
- courgette
- knoflook
- verse Thaise chilipeper
- slagroom <sup>7</sup>
- tagliatelle <sup>1</sup>
- tomaat
- tijgergarnalen <sup>2</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

## Kookgerei

- dunschiller
- grote koekenpan of wok
- grote kookpan met deksel
- keukenrasp
- maatbeker
- vergiet

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

## Kooktip

Voeg meer chilipeper toe als je van pittig houdt.

## Allergenen

gluten (1), schaaldieren (2), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 865.0kcal, vet 31.4g, eiwit 40.4g, koolhydraten 100.6g



### 1. Ingrediënten voorbereiden

Breng een middelgrote kookpan met ruim gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Pel en hak intussen de **ui** en **knoflook** fijn. Snijd het **chilipepertje** open, verwijder de zaden en zaadlijsten en hak fijn. Snijd de **tomaten** in 1cm grote stukken. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit.



### 4. Topping maken

Gebruik een dunschiller of kaasschaaf om dunne linten van de **courgettes** te schaven, draai daarbij de **courgette** telkens een slag en ga door met schaven totdat je bij de kern komt. De **rest van de courgette** kun je voor een ander recept gebruiken. Hussel de **courgettelinten** om met 1el olijfolie, **1el citroensap** en peper en zout.



### 2. Saus maken

Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur en bak de **ui** met een snufje zout in 3-4min zacht. Voeg de **knoflook** en **helft van de chilipeper** toe (**zie kooktip, links**) en bak 30sec. Doe de **tomaten** erbij en bak nog 2min. Zet het vuur laag-middellaag en voeg de **slagroom** toe. Laat zachtjes sudderen tot de saus wat is ingekookt.



### 5. Garnalen koken

Voeg na 6min sudderen de **tijgergarnalen** aan de **roomsaus** toe en kook nog 3-4min totdat de **garnalen** roze en gaar zijn.



### 3. Pasta koken

Voeg de **tagliatelle** toe zodra het water kookt en breng opnieuw op middelhoog vuur aan de kook. Kook de **pasta** in 5-6min gaar. Vang tijdens het afgieten **200ml pastawater** op. Doe de **pasta** terug in de pan en hussel om met een scheutje olijfolie.



### 6. Pasta mengen

Breng de **saus** op smaak met **1tl citroenrasp**, **1-2el citroensap**, een flinke snuf zout en wat peper, roer door. Voeg de **gekookte pasta** aan de sauspan toe en roer door, voeg **kookwater** naar wens toe om het geheel sauziger te maken. Serveer de **pasta** met de **courgettelinten** erop.