



Mexicaanse pastasalade met kip

en maïs met limoen-salsa dressing



ca. 20min



2 personen

Dit gerecht is een schoolvoorbeeld van de fusion-keuken. Voor de vlotte salade combineer je kip en een fraai gedraaide Italiaanse pastasoort met een reeks ingrediënten uit de Mexicaanse keuken: maïs, limoen, yoghurt, paprika en salsa. De salsa van The Ketchup Project is niet alleen superlekker, ze is ook van tomaten gemaakt die anders zouden worden weggegooid. Win-win voor iedereen!

Wat je van ons krijgt

- torchiette ¹
- Ketchup van The Ketchup project
- Rodriguez's Chili con Carne spice mix
- rode paprika
- verse koriander
- yoghurt ⁷
- limoen
- kipstukjes
- rode ui
- maïs

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- grote koekenpan
- middelgrote kookpan met deksel
- vergiet
- waterkoker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

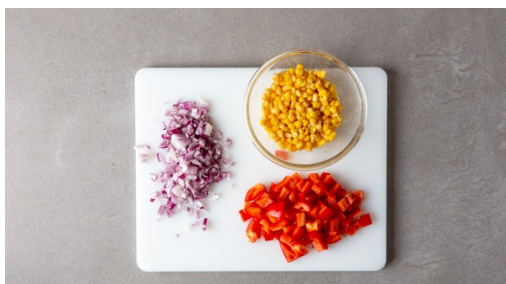
Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 780.0kcal, vet 13.5g, eiwit 48.9g, koolhydraten 110.1g



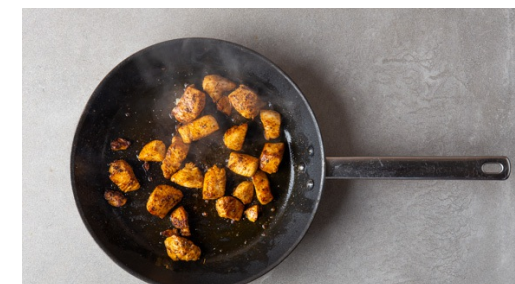
1. Ingrediënten voorbereiden

Breng water in een waterkoker aan de kook. Halveer de **paprika**, verwijder de kern en snijd de **paprika** in 1cm grote stukjes. Giet de **maïs** af. Halveer, pel en hak de **ui** fijn.



2. Pasta koken

Doe het zojuist gekookte water in een middelgrote kookpan, breng opnieuw aan de kook en voeg 1tl zout toe. Voeg de **torchiette** toe en kook de **pasta** in 6-7min beetgaar. Vang bij het afgieten een kopje **kookwater** op. Doe de **pasta** terug in de pan met een scheutje olijfolie om kleven te voorkomen.



3. Kip bakken

Meng intussen de **kipstukjes** met 1/4tl zout, peper, **3/4e van de chili con carne spice mix** en 1el olijfolie. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de de **kip** al af en toe roerend rondom in 5-6min goudbruin.



4. Saus maken

Snijd intussen de **limoen** doormidden, pers **een helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes. Roer de **ketchup** door de **helft van de yoghurt** en breng op smaak met **1el limoensap**. Voeg 1el water toe voor een dunnere **saus**. Gebruik de **rest van de yoghurt** voor een ander recept Hak de **koriander** zonder hardere steeltjes grof.



5. Groenten bakken

Voeg de **maïs** aan de kippan toe en bak 2min al roerend totdat deze warm is. Voeg de **ui** en **paprika** toe en bak nog eens 1-2min. Breng evt. op smaak met meer **chili con carne spice mix**.



6. Pasta mengen

Giet de **saus** over de **pasta**, schep om en voeg een scheutje **kookwater** toe zodat een glanzende **saus** ontstaat die de **pasta** omhult. Voeg de **kipstukjes** en **groenten** met **3/4e van de gehakte koriander** toe en roer door. Proef en breng evt. op smaak met peper en zout. Serveer de **pastasalade** met de **rest van de koriander** erover en de **limoenpartjes** erbij.