

# MARLEY SPOON



## One-Pot-Pasta met broccoli

en frisromige champignonsaus



ca. 20min



2 personen

Soms zijn er van die dagen waarop je het allerliefst het koken even zou willen overslaan. Een simpel kant-en-klaarmaal in de magnetron schuiven dan maar? Laat je niet verleiden en ga voor verse ingrediënten en bespaar jezelf extra tijd en afwas door alles in één "pot" te koken. Deze eenpanspasta met aardse champignons, perfect gegaarde broccoli, slagroom en citroen zal bij iedereen aanslaan!

## Wat je van ons krijgt

- 1
- 7
- 7

## Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- suiker

## Kookgerei

- kookpan
- keukenrasp
- maatbeker
- staafmixer

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 850kcal, vet 28.7g, koolhydraten 102.7g, eiwit 36.7g



1. One pot starten

Boen de **kastanjechampignons** schoon en snijd ze in dunne plakjes. Doe de **conchiglioni, slagroom, champignonplakjes** en 400ml water met een flinke snuf zout in een grote kookpan. Breng met een deksel afgedekt op middelhoog vuur aan de kook.



4. Kruiden snijden

Pers intussen **1 citroenhelft** uit, snijd de **andere** in partjes. Pluk de **basilicum-** en **muntblaadjes**. Hak de **peterselie** met de steeltjes grof.



2. Groenten voorbereiden

Snijdt intussen 2-3cm grote roosjes van de **broccoli**, schil de steel en snijd in 1cm grote stukjes. Pel en hak de **sjalot** fijn. Rasp de **citroenschil** fijn.



5. Kruidensaus maken

Doe de **munten** en **basilicumblaadjes** met de gehakte **peterselie**, **1-2tl citroensap**, **1-2el olijfolie**, **1el water** en een snufje suiker en zout in een hoge (maat)beker en pureer alles met een staafmixer fijn.



3. Pasta koken

Voeg de **broccoli, sjalot** en **1tl citroenrasp** toe zodra de **pasta** kookt en kook alles 10-12min op laag vuur totdat de **broccoli** beetgaar is en het merendeel van het kookvocht opgenomen is. Roer regelmatig om.



6. Kaas raspen

Rasp tot slot de **kaas** fijn en roer de **helft van de kaas** door de **pasta**. Breng op smaak met peper en zout. Schep de **pasta** op en bestrooi met de **rest van de kaas**, serveer met de **kruidensaus** en **citroenpartjes**.