

spaghetti

## ZEEVRUCHTEN



spaghetti  
250 g



arrabbiatasaus  
350 g



knoflook  
× 4 teentjes



witte wijn  
200 ml



zeevruchten (diepvries)  
400 g



blodpeterselle  
× 6 takjes



5 minuten



15 minuten



voor 4 personen

- Pel en pers de knoflook. Hak de peterselle fijn.
- Doe alle ingrediënten behalve de peterselle in een grote hapjes- of koekenpan. Voeg ½ theelepel zout en 300 ml water toe. Breng het geheel aan de kook.
- Zet het vuur lager en kook de spaghetti 10 minuten, terwijl je regelmatig roert.
- Breng de saus zo nodig verder op smaak. Garneer met de peterselle. Voeg eventueel de zeevruchten halverwege de kooktijd toe voor een steviger bite.



penne, rigatone & co.

## POMPOEN, SCAMORZA & SPECK



penne rigate  
250 g



scamorza of mozzarella  
150 g



flespompoe  
300 g



speck (Italiaans)  
of gerookt spek  
100 g



rucola  
80 g



olijfolie  
50 ml



10 minuten



15 minuten



voor 4 personen

- Schil de pompoen en snijd het vruchtvlees in blokjes. Snijd de scamorza in stukjes. Snijd de plakken spek in repen. Spoel de rucola en snijd de takjes in stukken.
- Doe alle ingrediënten behalve de kaas en de rucola in een grote hapjespan. Voeg 700 ml water en zout en peper naar smaak toe. Breng aan de kook.
- Zet het vuur lager en kook alles 12 minuten, terwijl je regelmatig roert.
- Zet het vuur uit. Voeg de scamorza en de rucola toe aan het pompoenmengsel. Dek de pan af, wacht 1 minuut en schep alles door elkaar. Voeg zo nodig nog wat zout en/of peper toe.



## PAPRIKA, CHORIZO & TOMAAT



fusilli  
250 g



tomatenblokjes (blik)  
400 g



10 minuten



20 minuten



voor 4 personen



ui  
x 1



rode paprika  
x 1 kleine



chorizo  
150 g



bladpeterselie  
x 6 takjes

- Pel de ui en snijd hem in halve ringen. Snijd de chorizo in plakjes. Spoel de paprika, verwijder zaad en zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in reepjes. Spoel de takjes peterselie en hak ze fijn.
- Doe alle ingrediënten behalve de peterselie in een grote hapjespan. Voeg 650 ml water, ½ theelepel zout en peper naar smaak toe.
- Breng het geheel aan de kook. Zet het vuur lager en kook alles ongeveer 15 minuten, terwijl je regelmatig roert.
- Voeg de peterselie en eventueel nog wat zout en/of peper toe.



## MINESTRONE MET CONCHIGLIE



conchiglie (schelpjespasta)  
150 g



witte bonen (pot of blik)  
200 g



courgette  
× 1



groentebouillon  
× 1 blokje



wortel  
× 1 grote



selderij  
× 2 takjes



10 minuten



10 minuten



voor 4 personen

- Schrap de wortel en snijd hem in blokjes. Spoel de courgette en snijd hem in blokjes. Spoel de takjes selderij en hak ze fijn. Spoel de bonen en laat ze uitlekken.
- Doe alle ingrediënten in een grote soeppan. Schenk er 1,3 liter water bij en breng het geheel aan de kook.
- Zet het vuur lager en laat de soep ongeveer 7 minuten zachtjes koken. Breng op smaak met zout en/of peper.
- Als je wilt kun je kruiden en groenten van het seizoen toevoegen.

