



KOKEN MET EEN BUDGET

Pasta met courgette en citroen

HOOFDGERECHT

🕒 30 minuten

2 personen

DIT HEB JE NODIG:

- 🛒 150 g spaghetti
- 🛒 1 grote courgette
- 🛒 2 tenen knoflook
- 🛒 ½ citroen
- 🛒 ½ rode ui
- 🛒 snuf chili
- 🛒 2 el panko (Japans broodkruim)
- 🛒 snuf peper en zout
- 🛒 verse basilicum
- 🛒 2 el olijfolie

MATERIAAL: rasp of spirelli

ZO MAAK JE HET:

1. Kook de spaghetti beetgaar, laat vervolgens uitlekken en vang een deel van het kookvocht op.
2. Rasp de courgette met een grove rasp of gebruik een spirelli.
3. Doe de courgette in een theedoek en knijp wat vocht eruit.
4. Snijd de knoflook in dunne plakjes en snipper de ui.
5. Verhit de helft van de olie in een grote pan.
6. Fruit deze in een de pan aan.
7. Voeg de courgette toe.
8. Rasp de citroen en knijp het sap eruit en voeg beide toe aan de pan met courgette.
9. Breng de courgette op smaak met peper, zout en chili.
10. Schep dan de spaghetti door het groentemengsel en voeg een beetje kookvocht toe om het smeuïg te maken.
11. Verhit de andere helft van de olie in een andere pan en bak hier de panko goudbruin.
12. Serveer de pasta met courgette op een bord en bestrooi met de geroosterde panko, wat verse basilicum en eventueel wat extra druppels olijfolie.

TIP: Dit recept maak je in de zomer vanaf €1,25 per persoon. Hoe kan dit? Citroenen en courgettes zijn dan in het seizoen en de rest van de ingrediënten zijn niet heel prijzig. Bespaar nog meer door bijvoorbeeld de pasta in een grote verpakking te kopen.

Bron: leukerecepten.nl

