Hoofdgerechten / Italië

penne met linzen en palmkool · Italië

Een snelle noedel- of pastamaaltijd met palmkool en uitgelekte gekookte linzen, als moderne keukenvariatie geïnspireerd op Italië.

Tijd 35 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 150 g ui
- ☐ 320 g penne
- ☐ 500 g palmkool
- ☐ 2 g gedroogde oregano
- ☐ zout en peper naar smaak
- ☐ 30 ml neutrale bakolie
- ☐ 500 g uitgelekte gekookte linzen
- ☐ 15 ml olijfolie extra vierge
- ☐ 10 g verse basilicum

Zo maak je het.

01 Kook de penne volgens de verpakking gaar. Bewaar een kopje kookwater en giet af.

02 Maak de palmkool schoon en snijd in kleine, gelijkmatige stukken. Snipper de ui.

03 Verhit de olie en fruit de ui vijf minuten. Voeg de palmkool toe en bak enkele minuten mee. Voeg een scheut kookwater toe en laat afgedekt garen tot de groente zacht is.

04 Spoel de uitgelekte gekookte linzen, laat uitlekken en verwarm enkele minuten door tot ze overal goed heet zijn.

05 Meng alles in de pan en maak zo nodig smeuïg met kookwater. Voeg olijfolie extra vierge, gedroogde oregano, verse basilicum toe, roer rustig door en proef voor het serveren.

AI-uitgewerkt, niet in een keuken getest.

Recept & herkomst DVS Recipe Studio / DVS Recipe Studio · AI-developed variation / CC0 1.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC0 1.0
recipes.dvs-services.be / studio-it-09-05-83f4448