

Pasta met gerookte zalm en groentjes

Ingrediënten voor 2 personen:

½ courgette + 2 sjalotten + 1 kleine broccoli + 3 wortels + 1 bouillonblokje + 200gr pasta

Bereiding:

- 1) Doe de gesneden groenten samen met een bouillonblokje in de microcook met een bodempje water. Kook deze 1x5 minuten op maximum 800watt. Roer om en laat staan met een gesloten deksel.
- 2) Steek de pastaparty in de microgolf. (kook deze dubbele tijd van het doosje) Vul deze met water en laat deze koken zonder deksel op 800watt. Giet af, doe er wat olie bij en roer om. Sluit je pastaparty zodat deze niet afkoelt.
- 3) Laat je groenten nog eens 5minuten verder koken in de microgolf op 800watt.
- 4) Snij ondertussen de zalm in stukken en doe die dan samen bij de gare groenten. Doe de pasta erbij en meng er eventueel nog wat kruidenkaas door.

Smakelijk!!

Tine Monserez

tinetupperware@outlook.com