Pasta all’Amatriciani

Pasta all’Amatriciani, ook weer zo’n fijne saus die je prima vooraf kan maken. Deze saus hoort enigszins pittig te zijn. In het recept heb ik 1 spaans pepertje gebruikt zonder zaadjes en dit geeft een licht pittige saus. Hou je van pittig, laat dan de zaadjes er in of gebruik een 2e pepertje. Deze pastasaus heeft niet heel veel groenten en ik heb ook niets extra’s toegevoegd. Zelf neem ik bij dergelijke gerechten een sidedish zoals bijvoorbeeld een simpele groene salade of bijvoorbeeld deze frisee salade.

Voor 4 personen

Bereidingstijd 20-25 minuten

Ingrediënten

- 250 gram volkoren pasta
- 250 gram pancetta (of bacon als je geen pancetta kan vinden)
- 2 blikken tomatenblokjes
- 1 klein blikje tomatenpuree (70 gram)
- 3 sjalotjes
- 1 spaanse peper
- 8 eetlepels geraspte pecorino of Parmezaanse kaas
- Optioneel: peper/zout

Bereiding pasta all’Amatriciani

Snij de pancetta in kleine blokjes en bak deze in een droge koekenpan.

Er komt vet vrij, dit gebruik je om het sjalotje te fruiten.

Als de pancetta gebakken is, dan haal je deze uit de pan en zet je even apart.

Snipper ondertussen het sjalotje en de Spaanse peper (met of zonder zaadjes…dit laat ik aan jou over) en bak deze in het achtergebleven vet samen met de tomatenpuree.

Dan kunnen de tomatenblokjes erbij alsmede de uitgebakken pancetta.

Zet het vuur laag en laat de saus rustig pruttelen.

Kook ondertussen de pasta gaar volgens de gebruiksaanwijzing.

Als je de saus te dik vindt, voeg dan een beetje water of bouillon toe.

Proef de saus en voeg zo nodig wat peper en eventueel nog wat zout toe.

Serveer de pasta all’Amatriciani met een flinke schep saus en wat geraspte Parmezaanse kaas bovenop.

Eet smakelijk !

Voedingswaarde per eenpersoons portie incl. pasta en kaas.

Energie (kcal)	Vet (g)	Verzadigd vet (g)	Eiwit (g)	Koolhydraten (g)	Vezels (g)	Zout (g)
490	15	7	28	55	8,5	3