Pasta met Griekse yoghurt

Pasta met Griekse yoghurt. Misschien niet een heel gebruikelijke combinatie maar i.p.v. de bekende roomsauzen een leuke variant. Qua recept supersimpel, er kan weinig mis gaan. Let er wel op dat je de Griekse yoghurt niet laat koken want dan gaat het schiften. Doet niet zozeer iets af qua smaak maar ziet er dan minder lekker uit (en t oog wil ook wat:))

Voor 4 personen

Bereidingstijd ong. 20 minuten

Ingrediënten

- 150 gram pasta
- 2 teentjes knoflook
- 2 eetlepels olijfolie
- 150 gram Griekse yoghurt
- 1 citroen – hiervan gebruik je alleen de rasp van de schil
- 4 eetlepels verse peterselie
- Snufje zout
- Snufje peper
- 2 eetlepels pecorino kaas

Bereiding pasta met Griekse yoghurt

1. Kook de pasta volgens gebruiksaanwijzing, spoel het koud af en zet apart.
2. Snij de knoflook fijn.
3. Verwarm de olijfolie in een grote pan (bijvoorbeeld

hapjespan of wok), zet het vuur halfhoog en bak de knoflook kort aan.
4. Zet het vuur laag en voeg de pasta toe samen met zout en peper.
5. Roer vervolgens de Griekse yoghurt door de pasta.
6. Voeg de rasp van de citroen toe en meng alles goed door.
7. Als laatste vlak voor serveren voeg je de fijngesneden peterselie toe.
8. Serveer deze romige pasta met Griekse yoghurt met 1 eetlepel pecorino kaas per persoon.

Pasta’s staan eigenlijk wel in ieder land op de menukaart. Zo ook in Griekenland. Heb je al eens de pastitio geprobeerd?

Voedingswaarde per eenpersoons portie

Energie (kcal)	Vet (g)	Verzadigd vet (g)	Eiwit (g)	Koolhydraten (g)	Vezels (g)	Zout (g)
268	13	5	9	27	3	0,6