



Courgette Prei pasta

Ingrediënten:

2 -3 personen

1 grote courgette

1/2 ui , gesnipperd

1 prei , fijngesneden

Zout en peper naar smaak

1 eetlepel olijfolie

1 kop tomatenpuree

Kruiden voor de garnering

Bereiding:

Bij dit recept ga je de pasta maken van Courgette. Snijd de courgette in dunne linten of spiraal noedels. Je kunt dit doen een paar manieren : met een mandoline, een spiraal dunschiller (bv Dille en kamille), of gewoon met de hand. Opzij zetten.

Verhit de olijfolie in een pan op matig tot hoog vuur. Voeg de ui en de prei toe. Breng op smaak met zout en peper en bak tot de ui glazig is . Voeg de tomatenpuree in de pan en meng het er goed doorheen. Blijf roeren tot je saus de juiste dikte heeft.

Giet de preisous over de rauwe courgetteslierten en roer er goed doorheen. De warmte van de saus zal de courgette verzachten.

Als je wilt kan je deze saus aanvullen met vlees, kip of vis.

