



Pasta met paprikasaus en kippengehakt

Bereidingstijd: 35 min.

Ingrediënten – 2 personen

- 4 rode paprika's
- 125 g volkorenspaghetti
- 250 g kippengehakt
- 1 rode ui
- 4 à 5 teentjes look
- 1 à 2 tl chilivlokken
- 1,5 el olijfolie
- Peper en zout

Bereiding

Verwarm de oven voor op **200 °C**. Zet een bakplaat klaar en leg er een stukje bakpapier op.

Was de **paprika's**, snijd ze in grove stukken en verwijder de zaadlijsten. Pel de **rode ui** en snijd in acht stukken. Leg de paprika en de rode ui op de bakplaat. Pel de teentjes **knoflook** en leg ze bij de paprika.

Giet de **olie** erover en bestrooi met **zout** en **chilivlokken**. Afhankelijk van hoe spicy je de saus wil, kan je één of twee theelepels gebruiken. Geen fan van pikant? De saus is ook heerlijk zonder, hoor 😊.

Schuif de bakplaat in de voorverwarmde oven. Laat alles 20 minuten roosteren.

Kook intussen de **volkorenspaghetti** gaar volgens de instructies op de verpakking en giet af. Hou zeker wat kookvocht apart om straks bij de saus te doen.

Bak daarna het **kippengehakt** in een antikleefpan en kruid met peper en zout. Meestal gebruik ik om gehakt te bakken geen of weinig vetstof. Het vet dat uit het vlees loopt, is vaak voldoende.

Als de paprika, de ui en de knoflook klaar zijn, kan je beginnen aan de **saus**. En gemakkelijker kan het niet: doe gewoon alles in de blender, giet er het kookvocht van de pasta bij en mixen maar. Je start best met een klein beetje water en voegt toe naarmate je de consistentie dunner wil. Toevoegen kan namelijk altijd, eruit halen niet.

Giet de paprikasaus in de pan met het gehakt. Dan kan de pasta erbij. Meng goed en kruid naar smaak verder af met peper en zout.

