



FRISSE PASTASALADE MET PAPRIKA EN KOMKOMMER

INGREDIËNTEN

Voor 4 personen

- 300 g volkoren penne
- 2 verse rode paprika's
- 1 komkommer
- 1 el olijfolie
- 200 g gerookte of verse kipfilet
- Verse bieslook
- 50 g parmezaanse kaas of grana padano
- Enkele schijfjes citroen per persoon

BEREIDINGSWIJZE

1. Kook de pasta gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking.
2. Rooster ondertussen de paprika in een pan of in de oven.
3. Bak de kip gaar in de olijfolie en snijd in reepjes.
4. Snijd de komkommer in blokjes naar eigen voorkeur. Snijd ook de geroosterde paprika in reepjes.
5. Voeg de komkommer, paprika en kip toe aan de gare penne en kruid naar smaak. Snijd de bieslook fijn en voeg toe aan het pastamengsel (houd wat over voor de garnering).
6. Serveer de pasta en werk af met de kaas en een paar citroenschijfjes.

Tip:

Rooster een extra paprika en mix deze fijn met olijfolie voor een lekkere extra dressing.

VOORBEREIDINGSTIJD: 25 MIN

KOOK/BAKTIJD: 15 MIN

TOTALE TIJD: ± 30 - 40 MIN

www.dietistealinepiqueur.com

dietiste-alinepiqueur@outlook.com

facebook.com/DietisteAlinePiqueur

