

Pastasaus met paprika

01 SEPTEMBER 2015, AMSTERDAM

SAMENVATTING

Buongiorno! Bekijk hier hoe Claire een vegetarische Italiaanse pastasaus maakt met paprika.

Ingrediënten voor 4 personen

- 1 courgette
- 1 oranje paprika
- 1 groene paprika
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 3 grote tomaten
- 1 venkel
- 3 eetlepels olijfolie
- handje verse basilicum
- zeezout en peper

Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 graden. Was de groenten en snijd in grove stukken. Doe alles in een ovenschaal en besprenkel met olijfolie en een beetje zout. Rooster ongeveer 20 minuten in de oven.

Doe de groenten in een maatbeker, voeg de basilicum toe en pureer tot een saus. Je kunt de saus zo grof of fijn maken als je zelf wilt.

De paprika geeft de saus een extra zoete *bite* daarnaast kun je zoveel verschillende groenten gebruiken als je zelf wilt. In een afgesloten pot blijft de saus minimaal 3 dagen goed als je iets over hebt (of vries het in).

Snelle variant

Fruit een uitje met knoflook en een in stukken gesneden paprika, voeg een pot tomatensaus toe en pureer glad.

RELEVANTE LINKS

Tijd voor Paprika

<http://www.tijdvoorpaprika.nl/portfolio-item/pastasaus/>

WOORDVOERDER



Mirte Korenhof

Dutch PR Group

+31(0)20 32 09 954 mirte.korenhof@dutchprgroup.com

OVER TIJD VOOR PAPRIKA

Colourfultaste is een initiatief van het GroentenFruit Bureau. Een belangrijk onderdeel van Colourfultaste vormt de campagne 'Tijd voor Paprika'. De campagne is actief in Nederland, Duitsland en het Verenigd Koninkrijk. Doel van de campagne is een significante stijging van de consumptie van paprika in die landen.



Tijd voor Paprikapressroom