Penne met zalm, cavolo nero en pestoroomsaus

Een snelle hoofdmaaltijd van penne met gebakken zalm, cavolo nero en romige pesto, afgemaakt met citroen. Het gerecht is binnen een half uur op tafel.

Porties: 4
Voorbereiding: 10 minuten
Kooktijd: 15 minuten

Ingrediënten

- 1 pakket AH Biologisch Zalmfilet (ca. 275 g)
- 1 pakket (500 g) Grand' Italia Penne tradizionali, hiervan 400 g gebruiken
- 2 pakketten AH Luxe roerbak Italiaans cavolo nero (elk 400 g, samen 800 g)
- 1 potje (185 g) Grand' Italia Romige pesto alla Genovese
- 1 pakket (300 g) AH Biologisch Citroenen
- 2 teentjes knoflook
- 2 el olijfolie
- zout en peper naar smaak
- 3 liter water

Optioneel

- 50 g geraspte parmezaanse kaas (optioneel)

Bereiding

1. Breng de 3 liter water met een snufje zout in een grote pan op hoog vuur aan de kook; dit duurt ongeveer 5 minuten.
2. Snijd de zalm in blokjes van ongeveer 3 cm en verwijder eventuele velletjes. Snipper de knoflook fijn, rasp de gele schil van de citroen fijn en pers het sap van de helft van de citroen. Meet de pesto af.
3. Kook de penne in het kokende water 10 tot 11 minuten tot ze al dente zijn, dus nog een lichte beet hebben. Schep 1 kopje kookvocht eruit en giet de pasta daarna af.
4. Verhit 1 el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur gedurende 1 minuut. Bak de knoflook 30 seconden tot hij geurt, voeg de cavolo nero toe en roerbak 3 tot 4 minuten tot de kool iets geslonken en helder groen is. Breng op smaak met zout en peper en zet opzij.
5. Verhit in dezelfde pan de overige 1 el olijfolie op hoog vuur gedurende 1 minuut. Leg de zalmblokjes erin en bak ze 3 minuten, waarbij je ze één keer voorzichtig keert, tot ze aan de buitenkant goudbruin zijn en vanbinnen net gaar. Haal de pan van het vuur en breng de zalm op smaak met zout en peper.
6. Zet de pan terug op laag vuur. Voeg de afgegoten penne, de pesto, het gebakken cavolo nero en 4 eetlepels van het gereserveerde kookvocht toe. Schep 1 minuut goed door tot de saus glanzend en romig is en de pasta overal bedekt is.
7. Voeg de zalm voorzichtig toe en schep nog 30 seconden door, zodat de blokjes heel blijven.
8. Breng op smaak met de helft van de citroenrasp en een scheutje citroensap. Serveer direct en strooi eventueel de parmezaanse kaas over de penne.

Tips

- Vervang de zalm door kabeljauw of zeebaars als u een mager alternatief wilt; bak die iets korter, ongeveer 2 minuten per kant.
- Gebruik Grand' Italia Penne volkoren of Penne glutenvrij voor een andere variant van de

pasta.
- Bewaar restjes maximaal 1 dag in de koelkast in een afgesloten bak en warm ze kort op in een koekenpan met een scheutje water.

Boodschappen

- AH Biologisch Zalmfilet (bonus)
- Grand' Italia Penne tradizionali (bonus)
- AH Luxe roerbak Italiaans cavolo nero (bonus)
- Grand' Italia Romige pesto alla Genovese (bonus)
- AH Biologisch Citroenen (bonus)
- knoflook
- olijfolie
- zout en peper
- parmezaanse kaas