

KASTANJECHAMPIGNONS & KIPGEHAKT - PASTASAUS MET SPAGHETTI

2 personen / 551 kcal per portie

Ingrediënten:

- 130 gram spaghetti
- 200 gram kastanjechampignons
- 1 teen knoflook
- 150 gram kipgehakt
- 1 eetlepel olijfolie
- 60 gram mozzarella
- 390 gram basis pastasaus basilicum
- Verse peper en zout



Bereiding:

Kook de spaghetti volgens de aanwijzingen op de verpakking beetgaar. Snijd ondertussen de champignons in kwarten en snijd de knoflook fijn. Verhit de olie in een hapjespan en bak de kipgehakt rul. Voeg de champignons, knoflook, verse peper en eventueel zout toe en bak 5 minuten op middelhoog vuur. Snijd ondertussen de mozzarella in blokjes. Voeg de pastasaus toe aan de gehakt-champignons-mix een verdeel hier de mozzarella overheen. Verwarm 4 minuten op laag vuur met de deksel op de pan. Verdeel de spaghetti en de saus over diepe borden.

Voedingswaarde per portie:

Energie:	551 kcal
Eiwit:	29,0 gram
Koolhydraten:	49,7 gram
- waarvan suikers:	8,4 gram
Vet:	25,1 gram
Vezels:	4,8 gram
Zout:	2,9 gram