

Spaghetti Primavera



Hoofdgerecht

Pasta

4 personen

Land: Amerika

Bereidingstijd: 15 min.

Seizoen: In de lente



Ingrediënten

- 500 gram spaghetti
- 2 eetlepels extra vergine olijfolie
- 1 gele paprika in reepjes gesneden
- 1 rode paprika in reepjes gesneden
- 1 teentje knoflook, fijngehakt
- 1 courgette in reepjes gesneden
- 1 wortel in reepjes gesneden
- 1 rode ui, in dunne plakjes gesneden
- 150 gram zwarte olijven in plakjes gesneden
- 1 eetlepel gehakte verse bladpeterselie

- 4 el geraspte Parmezaanse kaas
- 1 citroen uitgeperst
- zout & peper

Bereidingswijze

1. Zet in een grote pan water op. Wanneer het water kookt doe je de spaghetti in de pan en kook in 8 minuten al dente.
2. Ondertussen fruit in een grote koekenpan met antibak laag in de olijfolie de ui en wortel 3 minuten, gevolgd door de paprika's en de gehakte knoflook en de courgette. Breng op smaak met een beetje zeezout en gemalen zwarte peper. Als de paprika zacht is doe je de zwarte olijven erbij en voeg een beetje vers citroensap toe.
3. Verdeel de spaghetti over 4 borden en doe het paprikamengsel er boven op. Strooi er de peterselie en Parmezaanse kaas over. Breng eventueel nog op smaak met citroensap.

Tenslotte

Als het lente is, is het tijd voor een lente recept: Pasta Primavera. Er bestaat niet één recept voor primavera. Dat is niet zo gek want 'primavera' is Italiaans voor 'lente'. Dus als je mooie verse lente groenten combineert met pasta mag je je recept tot 'pasta primavera' dopen. Het basisrecept is weer erg eenvoudig: neem groenten en kook deze een minuut of vijf in room met parmezaanse kaas meng met de pasta en klaar. Mijn favoriete versie is met groene asperges en de zogenaamde Alfredo saus (met boter en room), zoals hier onder beschreven. Pasta primavera is dus een Amerikaans- Italiaanse jaren zeventig klassieker. De roem van spaghetti primavera ontstaat in het New Yorks restaurant Le Cirque. Nadat er in de New York Times in 1977 een artikel van Craig Claiborne and Pierre Franey over verscheen met het recept, werd de schotel beroemd. Le Cirque mede-eigenaar Serio Macchioni beweerde dat zijn vrouw Egidiana het had bedacht. De combinatie van licht gekookte groenten en pasta, die Claiborne en Franey prezen als "verreweg het meest besproken gerecht in Manhattan," wordt algemeen erkend als een van beste ontwikkelingen van de Amerikaanse keuken in de jaren zeventig. Een wat uitgebreidere versie geef ik hier: **Spaghetti Primavera met Alfredosaus**. Breng in een pan met flink gezouten water aan de kook, doe er 1 ons sperziebonen in stukjes van 2 cm gesneden in, een paar minuten later 1 handje doperwten en kort daarna 250 gram groene asperges in stukjes van 2 cm of 1 pakje groene aspergepunten of 1 pakje bimi (broccoli-punten, verkrijgbaar bij AH) zodat alles tegelijk beetgaar wordt. Haal de groenten met een schuimspaan uit het water en spoel ze koud af, kook in het kookwater 500 gram spaghetti. Maak intussen de saus: fruit hiervoor 1 fijngehakt teentje knoflook met 1 ons champignons in plakjes gesneden zachtjes in 50 gram boter in een grote koekenpan. Doe 250 ml slagroom erbij en breng aan de kook. Voeg 2 tomaten ontveld, ontpit en in stukjes gesneden toe en zout en peper. Laat twee minuten zacht bakken. Doe de rest van de groenten in de saus. Voeg citroenrasp van 1 citroen en 1 handje gesneden peterselie en klein beetje gesneden basilicum toe. Roer alles samen met 50 gram Parmezaanse kaas door beetgare pasta.