



Orecchiette met broccoli

Pugliaanse klassieker waarbij broccoli zacht meekookt en gedeeltelijk uiteen valt tot een romige saus, met look, ansjovis en pikante peper.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	20'	4	Pasta

Ingrediënten

- 400 gr orecchiette
- 600 gr broccoli
- 4 teentjes look
- 4 ansjovisfilets op olie
- 1 rode chilipeper
- 5 el olijfolie, plus een scheut extra om af te werken
- 50 gr geraspte pecorino
- zout en versgemalen zwarte peper

Bereidingswijze

- 1.** Verdeel de broccoli in kleine roosjes. Schil de stronk en snijd hem in kleine blokjes.
- 2.** Breng een grote pot gezouten water aan de kook. Voeg de broccoli toe en blancheer hem 5 minuten tot hij zacht begint te worden maar nog enige stevigheid behoudt.
- 3.** Schep de broccoli met een schuimspaan uit het water en zet apart. Houd het kookwater op het vuur.
- 4.** Voeg de orecchiette toe aan hetzelfde kookwater en kook ze beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- 5.** Verhit ondertussen de olijfolie in een ruime pan op zacht vuur. Fruit de fijngesneden look samen met de fijngesneden rode chilipeper gedurende 2 minuten zonder te laten kleuren.
- 6.** Voeg de ansjovisfilets toe en roer met een houten lepel tot ze volledig in de olie zijn opgelost en een hartige basis vormen.
- 7.** Doe de voorgekookte broccoli in de pan. Plet hem gedeeltelijk met een houten lepel of vork tot een grove, romige massa. Laat 2 minuten zachtjes meebakken.
- 8.** Schep vlak voor het afgieten ongeveer 100 ml kookwater op, giet de orecchiette af en voeg ze toe aan de pan met de broccoli.
- 9.** Meng alles goed door elkaar op middelhoog vuur. Voeg beetje bij beetje kookwater toe tot de saus mooi glanst en aan de pasta kleeft.
- 10.** Proef en breng op smaak met versgemalen zwarte peper en eventueel een beetje zout.
- 11.** Verdeel over borden, bestrooi met de geraspte pecorino en besprenkel met een laatste scheutje olijfolie.

Tip

Gebruik het kookwater van de broccoli en pasta spaarzaam maar consequent: het zetmeel en de mineralen uit de broccoli geven de saus extra binding en smaak. Voeg het altijd lepel per lepel toe tot je de gewenste consistentie bereikt.

Lekker met

Een eenvoudige groene salade met citroenvinaigrette past goed als bijgerecht.

Dranktip

Kies voor een droge witte wijn uit Puglia, zoals een Fiano of een Verdeca, die de zilte tonen van de ansjovis mooi in evenwicht brengt.

Ontdek meer recepten op kookpot.be