



Pasta e fagioli

Rustieke Italiaanse boerenpasta met witte bonen in een dikke, troostende soep.

Voedzaam, goedkoop en vol smaak.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	40'	4	Soep

Ingrediënten

200 gr kleine pasta (ditalini of tubetti)
400 gr witte bonen uit blik, uitgelekt en gespoeld
800 gr gepelde tomaten uit blik
1 ui
1 wortel
1 stengel bleekselder
2 teentjes knoflook
1 takje rozemarijn
750 ml groentebouillon

4 el olijfolie, plus extra om te serveren

50 gr versgeraspte parmezaan

zout en versgemalen zwarte peper

Bereidingswijze

- 1.** Snipper de ui fijn, snij de wortel en bleekselder in kleine blokjes.
- 2.** Verhit de olijfolie in een ruime kookpot op middelhoog vuur en stoof de ui, wortel en bleekselder zacht gedurende 8 tot 10 minuten tot alles glazig en zacht is. Dit is de soffritto, de smaakbasis van het gerecht.
- 3.** Pers de knoflook fijn of hak hem zeer fijn en voeg toe samen met het rozemarijntakje. Bak 1 minuut mee tot de kruiden geuren.
- 4.** Roer de gepelde tomaten erdoor en plet ze grof met een houten lepel. Laat 5 minuten zachtjes pruttelen.
- 5.** Voeg de uitgelekte witte bonen en de groentebouillon toe. Breng aan de kook, zet het vuur lager en laat 15 minuten zachtjes sudderen.
- 6.** Neem een derde van de bonen op met een schuimspaan, pureer ze glad met een staafmixer of vork en roer de puree terug in de pot. Dit maakt de soep dikker en romiger zonder bindmiddel te gebruiken.
- 7.** Verwijder het rozemarijntakje.
- 8.** Voeg de pasta rechtstreeks toe aan de soep en kook beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking, gewoonlijk 8 tot 10 minuten. Roer regelmatig zodat de pasta niet aanbakt op de bodem.
- 9.** Voeg indien nodig een scheutje extra bouillon of water toe, want de pasta neemt vrij veel vocht op. De soep moet dik zijn maar nog goed lepelbaar. Breng op smaak met zout en peper.
- 10.** Serveer in diepe borden met een fijn scheutje olijfolie en een gulle laag versgeraspte parmezaan.

Tip

Gebruik je gedroogde witte bonen in plaats van blik, week ze dan de avond voordien in ruim koud water en kook ze de volgende dag gaar voor je ze toevoegt. De soep wordt er nog smaakvoller door. Pasta e fagioli smaakt de dag nadien altijd nog beter, maar voeg bij het opwarmen zeker wat extra bouillon toe want de pasta blijft vocht opnemen.

Lekker met

Knapperig ciabatta of een dikke snede rustiek boerenbrood om de soep mee op te dippen.

Dranktip

Een eenvoudige Italiaanse rode wijn zoals een jonge Barbera d'Asti of een Montepulciano d'Abruzzo past uitstekend bij de aardse smaken van bonen en tomaat.

Ontdek meer recepten op kookpot.be