PS. food & lifestyle

1A+1B | Vegetarisch

Groentepasta

Bereidingstijd
20 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Laat de penne in het zakje zitten en kook circa 20 minuten in een ruime hoeveelheid water. Verhit de olie in een pan en fruit ondertussen de ui en de knoflook aan. Voeg na circa 5 minuten de aubergine en tomaat toe en bak in circa 10 minuten gaar. Schep de Philadelphia light erdoorheen en laat circa 5 minuten mee garen. Giet de penne af en voeg toe aan de groenten. Breng op smaak met zout en peper en garneer met de basilicum.

Ingrediënten

- [ ] 1 zakje PS. food & lifestyle penne
- [ ] 100 g tomaat in blokjes
- [ ] 50 g aubergine in blokjes
- [ ] 1/2 ui, fijngesneden
- [ ] 1 el Philadelphia light
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] 1 takje basilicum, fijngehakt
- [ ] 1 teentje knoflook, geperst
- [ ] Zout
- [ ] Peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	**217 kcal**
Koolhydraten	**13 g**
Vet	**8 g**
Eiwit	**20 g**