PS. food & lifestyle

FASE 1

Pasta met kip, tomaatjes en basilicumroom



25 minuten

1 persoon

VOEDINGSWAARDE

Energie	**244 Kcal**
Koolhydraten	**9.6 g**
Eiwitten	**27.2 g**
Vet	**9.5 g**
Vezels	**0 g**

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 zakje PS. food & lifestyle tagliolini
- 40-50 g kipfilet
- 100 g cherrytomaatjes
- 5 g rucola
- 2 el kookroom light
- ½ el olijfolie
- 5 g verse basilicum
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Bereid de tagliolini volgens de aanwijzingen op de verpakking. Halveer de cherrytomaatjes en snijd de kipfilet in stukjes. Hak de basilicum zeer fijn. Verhit de olijfolie in een pan en bak de kipfilet goudbruin en gaar. Breng op smaak met peper en zout. Meng de room met de basilicum en voeg, samen met de tomaatjes, toe aan de kipfilet. Breng nogmaals op smaak met wat peper en zout. Doe de tagliolini in een diepe kom en schep de kip met de basilicumroom eroverheen. Maak af met de rucola.