

Romige garnalen pasta met tomaatjes



15 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	292 Kcal
Koolhydraten	8.5 g
Eiwitten	32.3 g
Vet	13.2 g
Vezels	1.6 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 150-200 g garnalen
- 70 g courgetti
- 30 g cherrytomaatjes
- 2 el kookroom light
- 1 el witte wijn
- ¼ ui
- ½ teentje knoflook
- 1 el olijfolie
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Snipper de ui, hak de knoflook fijn en snijd de cherrytomaatjes in kwarten. Verhit de olijfolie in een pan en fruit de knoflook en ui. Voeg de garnalen toe en bak tot ze roze zijn. Giet kokend water over de courgetti. Laat uitlekken en voeg samen met de cherrytomaatjes toe aan de garnalen. Giet de kookroom en witte wijn erbij en warm nog even door. Breng op smaak met wat peper en zout.