

Spaghetti met garnalen

Ingrediënten:

- | | |
|---|--------------------------------|
| -1 eetlepel olijfolie | -1 ui, gehakt |
| -500 gram (tros)tomaten, gesneden | -250 gram garnalen (gamba's) |
| -1 of 2 tenen knoflook | -zout |
| -cayennepeper | -1 eetlepel gehakte peterselie |
| -130 gram ongekookte volkoren spaghetti | |

Bereidingswijze:

Verhit de olie in een grote koekenpan en fruit de ui in ongeveer 5 minuten glazig. Kook ondertussen de spaghetti. Voeg de tomaten en 2 á 3 eetlepels water toe en laat het geheel 15 minuten op laag vuur sudderen. Roer er vervolgens de garnalen door en laat dit ongeveer 5 minuten op het vuur. Voeg dan de knoflook en zout en cayennepeper naar smaak toe. Roer er op het laatst de peterselie door. Meng de saus met de spaghetti en eet smakelijk!