Tip

Volledige maaltijd van maken? Voeg aan de courgettepasta een andere sliertpasta toe (spaghetti, bucatini, tagliatelle). Warm goed door, voeg een paar flinke eetlepels zure room toe en wat Parmezaanse kaas en citroensap.

Courgette spaghetti

Tegen een blije (en dus volop vruchtgevende) courgetteplant valt bijna niet op te eten. Een recept om heel veel courgettes te verwerken, is dus altijd handig. Het snijden is even een werkje, maar de courgettes lijken dan wel heel erg op echte spaghetti. En dat is dan weer prettig voor potentiële groenteweigeraars.

ZELFGEOOGST

- 1 grote courgette, in heel dunne slierten snijden
- 1 handvol basilicum blaadjes, wassen, in reepjes

UIT HET KEUKENKASTJE

- 2 tenen knoflook, pellen en fijnhakken
- 2 eetlepels olijfolie
- zout en peper uit de molen

ZO MAAK JE HET

Verwarm de olie in een wok of hapjespan. Bak de courgetteslierten kort op hoog vuur. Schep regelmatig en voorzichtig om met een tang of houten spatel. Voeg de knoflook toe. Breng op smaak met zout en peper. Kieper op een bord en strooi er basilicum over heen.

Tip

Doet het heel goed met een simpele salade van rijpe tomaten met een beetje olijfolie, peper en zout.

Plaattaart met courgette en manchego

ZELFGEOOGST

- 2 grote courgettes, wassen en in dunne plakjes snijden

UIT HET KEUKENKASTJE

- 4 eetlepels olijfolie
- grof zeezout en peper uit de molen

UIT DE WINKEL

- bladerdeeg (rol)
- kopje geraspte manchego (harde Spaanse schapenkaas)

Tip

De manchego kun je vervangen door bijvoorbeeld overjarige (Friese) nagelkaas. Smaakt minstens zo spannend.

ZO MAAK JE HET

Verwarm de oven voor op 180˚C (heteluchtoven op 160˚C). Bekleed een bakplaat of braadslee van ongeveer 35 x 20 cm met bakpapier. Leg het deeg erop. Leg daarop de courgetteplakjes (dakpansgewijs). Bestrooi met kaas, zout en peper. Bedruppel – niet te zuinig - met olijfolie. Bak de taart in ± 15 min goudbruin en gaar in de hete oven.