

ZOMERSE RECEPTEN

Pastasalade met groene asperges en advocadodressing

Fotocredits: [Becel](#)

Vier de zomer met een groene pastasalade! Deze vegan salade met groene asperges en advocadodressing zit vol groenten en gezonde vetten. Deze pastasalade is daardoor niet alleen goed voor het hart, maar ook gewoon ontzettend lekker! Dat kunnen we in deze zomer waarin we meer binnen zitten wel gebruiken.

Pastasalade met groene asperges en advocadodressing

Ingrediënten voor 4 personen

250 g volkoren penne
350 g groene asperges
200 g doperwten
85 g veldsla
25 g ongezouten pistachenoten
2 avocado's
4 el Becel Olie Blend Classic
2 el Becel Original voor koken en bakken
1 citroen, sap en rasp
½ tl chilivlokken
zout en peper

Bereidingswijze

1. Kook de volkoren penne volgens de instructies op de verpakking gaar.
2. Snijd 1-2 cm van de harde onderkant van de groene asperges af en snijd de asperges vervolgens in stukken van ongeveer 3 cm. Verhit Becel Original voor koken en bakken in een koekenpan en roerbak de groene asperges op middelhoge temperatuur. Haal de groene asperges wanneer ze goudbruin en knapperig zijn uit de pan en zet apart.
3. Breng water aan de kook, verlaag de temperatuur en verwarm de doperwten 4 minuten. Haal de doperwten uit het water en bewaar ze in een kom met koud water tot later gebruik.
4. Hak de pistachenoten grof en zet apart. Doe de avocado samen met sap en rasp van de citroen, chilivlokken en Becel Olie Blend Classic in een keukenmachine en meng tot een gladde saus. Proef en breng op smaak met zout en peper.
5. Doe de volkoren penne samen met de groene asperges, doperwten en veldsla in een kom en hussel het geheel door elkaar.
6. Verdeel de pastasalade over de borden, giet hier de advocadodressing over en garneer met pistachenoten.