



Mac & Cheese (lichtere versie)

Een lichtere mac & cheese met Griekse yoghurt en sojamelk in plaats van veel room: romig en kaasrijk, maar met flink wat eiwit en minder vet.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
10'	20'	6	Pasta

Ingrediënten

360 gr pasta (volkoren)
180 ml sojamelk natuur
500 gr Griekse yoghurt 0%
80 gr grana padano, geraspt
75 gr emmental, geraspt
300 gr hamblokjes
2 el mosterd
knoflookpoeder, peper, zout

Bereidingswijze

1. Kook de pasta beetgaar volgens de verpakking. Hou 2 kopjes kookwater apart voor de saus.
2. Verwarm voor de saus de sojamelk en de kazen zachtjes op een laag vuur. Laat ze NIET koken, anders kan de saus schiften.
3. Roer er dan de Griekse yoghurt, de mosterd en de kruiden (knoflookpoeder, peper, zout) onder.
4. Voeg wat van het achtergehouden pastawater toe tot je een mooie, romige saus krijgt.
5. Roer de hamblokjes erdoor.
6. Meng alles onder de pasta en dien warm op.

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)