

Pastasalade met gegrilde biefstuk

Hoofdgerecht voor 4 personen (bron: Allerhande)

Ingrediënten

- 300 gr volkorenmacaroni
- 1 teentje knoflook
- 3 eetlepels griekse yoghurt 0% vet
- 1 theelepel Italiaanse kruiden
- 900 gram roerbakgroente (2 zakken van 450 gram)
- 300 gram biefstuk
- 1 eetlepel olijfolie
- Basilicum

Bereiding

- Bak de roerbakgroente beetgaar en laat afkoelen
- Kook de macaroni volgens de gebruiksaanwijzing
- Laat de macaroni afkoelen
- Snijd de knoflook fijn en meng met de yoghurt, de Italiaanse kruiden en eventueel peper
- Meng de dressing door de afgekoelde macaroni. Schep voorzichtig de groente erdoor.
- Bestrijk de biefstuk met de olie en bak in een grillpan 2-3 minuten per kant.
- Neem de biefstuk uit de pan en laat 5 minuten rusten onder aluminiumfolie
- Snijd de basilicum grof en strooi over de pastasalade
- Snijd de biefstuk zo dun mogelijk en leg over de salade

