



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 15
2015

Maak een foto van je gerecht en deel deze via    De mooiste foto krijgt een verrassing!

Spaghetti aglio olio met grana padano en pijnboompitten

Dit Italiaanse gerecht maak je af met rotatrostomaten en extra vierge olijfolie

De naam basilicum is terug te leiden naar het Oudgriekse woord 'basileus', wat koning betekent. Basilicum wordt ook wel koningskruid genoemd. Basilicum heeft een krachtige smaak en past goed bij de zoete smaak van de tomaten. Dit is dan ook een klassieke combinatie! De Italiaanse rucola zorgt voor een pittige smaak.



25-30 min



supersimpel



Rotatrostomaten



Pijnboompitten



Spaghetti integrale



Sjalot



Knoflookteen



Rucola



Basilicum



Grana padano



Oregano

Ingrediënten

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Romatrostomaten (g)	150	300	450	600	700	900
Pijnboompitten (g) 15)	10	15	20	25	30	35
Spaghetti integrale (g) 1)	90	180	270	360	450	540
Sjalot	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteen	1	2	3	4	5	6
Rucola (g) ⊕	20	40	60	80	100	120
Basilicum (blaadjes)	4	6	8	10	12	14
Grana padano (g) 7)	25	50	75	100	125	150
Oregano (tl) ⊕	1	2	3	4	5	6
Zwarte balsamicoazijn (el)*	1	2	3	4	5	6
Olijfolie (el)*	1	2	2	3	3	4
Extra vierge olijfolie (el) *	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*				Naar smaak		

⊕ Dit gebruik je ook in een ander recept

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten **7)** Melk/lactose
15) Kan sporen bevatten van pinda's en noten

Benodigdheden

Pan met deksel, ovenschaal met bakpapier, wok of hapjespan

Voedingswaarden 655 kcal calorieën | 23 g eiwit | 67 g koolhydraten | 31 g vet, waarvan 7 g verzadigd | 9 g vezels



1 Verwarm de oven voor op 200 graden. Kook 500 ml water per persoon in een pan met deksel voor de spaghetti.



2 Leg de romatostomaten, aan de tros, in een ovenschaal met bakpapier en besprenkel met de zwarte balsamicoazijn en de helft van de olijfolie. Bestrooi met peper en zout en bak de romatrostomaten 15 minuten in de oven.

3 Verhit een wok of hapjespan op hoog vuur en rooster de pijnboompitten, zonder olie, goudbruin. Haal uit de pan en bewaar apart.

4 Kook de spaghetti in de pan met deksel, afgedekt, 9 minuten en giet daarna af.

5 Snipper ondertussen de sjalot en snijd of pers de knoflook fijn. Scheur de rucola en basilicum klein.



6 Verhit, als de spaghetti bijna gaar is, de overige olijfolie in de wok of hapjespan en fruit de sjalot en knoflook 3 minuten op middelmatig vuur. Voeg de oregano toe en bak 30 seconden mee. Voeg de spaghetti, de helft van de grana padano en het grootste deel van de rucola toe. Verhit 1 minuut op hoog vuur en breng op smaak met peper en zout.

7 Haal de pan van het vuur en voeg de extra vierge olijfolie en het grootste deel van de basilicum toe aan de spaghetti.

8 Verdeel het gerecht over de borden. Garneer met de pijnboompitten en overige rucola, basilicum en grana padano. Bestrooi met peper en serveer met de romatrostomaten.



Tip! Je kunt de rucola ook 1 minuut met de spaghetti meebakken in de wok of hapjespan. Houd er wel rekening mee dat de rucola hierdoor net wat bitterder kan worden.