



Hello Fresh

www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 19
2015

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

Lasagne met kruidige kipworst

Een smaakvolle worst gecombineerd met zachte aubergine en spinazie

Dit Italiaanse gerecht krijgt een extra twist door de Goudse belegde kaas, het pikante rode pepertje en de kipworst die al is voorgekruid met kruiden zoals basilicum, oregano, peterselie, tijm en rozemarijn. Wil je dit gerecht snel bereiden? Ga dan aan de slag met onze tip (deze vind je onderaan het recept)!



40-45 min



gemakkelijk



pittig



Voorgekruidde kipworst



Ui



Knoflookteen



Rode peper



Aubergine



Spinazie



Tomatenpassata



Oregano






Verse lasagnebladen



Belegde kaas

Ingrediënten

| | 1P | 2P | 3P | 4P | 5P | 6P |
|--|-----|-----|------|------------|------|------|
| Kipworst | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 12 |
| Ui | ½ | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| Knoflookteen | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 |
| Rode peper  | ¼ | ½ | ¾ | 1 | 1½ | 2 |
| Aubergine | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Spinazie (g) | 100 | 200 | 300 | 400 | 500 | 600 |
| Tomatenpassata (g) | 400 | 800 | 1200 | 1500 | 2000 | 2500 |
| Oregano (tl)  | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 |
| Verse lasagnebladen (g) 1) 3) | 125 | 250 | 375 | 500 | 625 | 750 |
| Belegen kaas (g) 7) | 50 | 75 | 100 | 125 | 150 | 175 |
| Olijfolie (el)* | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| Peper & zout* | | | | Naar smaak | | |

 Dit gebruik je ook in een ander recept

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten **3)** Eieren

7) Melk/lactose

Benodigheden

Wok of hapjespan met deksel, ovenschaal

Voedingswaarden 832 kcal calorieën | 51 g eiwit | 86 g koolhydraten | 28 g vet, waarvan 11 g verzadigd | 13 g vezels



1 Verwarm de oven voor op 220 graden. Verhit de olijfolie in een wok of hapjespan met deksel en bak de kipworst, afgedekt, 5 minuten op middel-hoog vuur. Keer regelmatig om.



2 Snipper ondertussen de ui en snijd of pers de knoflook fijn. Verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd de rode peper fijn. Snijd de aubergine in klein blokjes.

3 Voeg de ui, knoflook en rode peper bij de kipworst in de wok en bak 2 minuten mee. Haal daarna de kipworst uit de wok, voeg de aubergine toe en bak, afgedekt, 3 minuten. Breng op smaak met peper en zout.



4 Snijd ondertussen de kipworst in dunne plakken en vet een ovenschaal in met een beetje olijfolie.

5 Scheur de spinazie klein boven de wok en laat de spinazie slinken. Voeg de tomatenpassata, oregano en kipworst toe en verhit nog 1 – 2 minuten of tot de saus net kookt.

6 Schenk een laagje saus in de ovenschaal. Bedek deze met lasagnebladen en druk de lasagnebladen goed aan zodat er geen lucht tussen blijft. Herhaal dit tot alle ingrediënten op zijn, maar houd wat saus achter voor de bovenkant. Let op! De hoeveelheid saus per laag hoeft door gebruik van verse bladen maar heel dun te zijn. Eindig de lasagne met een laagje saus en de belegen kaas.



7 Bak de lasagne 20 minuten in de voorverwarmde oven. Verdeel de lasagne over de borden en garneer naar wens een scheutje extra vierge olijfolie.

Tip! Om sneller klaar te zijn, kun je de lasagnebladen 4 minuten koken in 1 liter water. Daarna kun je de lasagne opbouwen op het bord.