



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 35
2015

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

Met kaas en citroen gevulde pasta met spinazie

Geserveerd met basilicum, grana padano en pompoenpitten

De biologische tarwe die voor de verse pasta is gebruikt komt uit de streek Apulië in Italië. De vulling is gebaseerd op een traditioneel Italiaans recept (caprino e limone) en heeft een frisse smaak. Het voordeel van verse pasta is dat je het maar heel kort hoeft te koken! De roomsaus geeft dit gerecht een zachte smaak.



20-25 min



supersimpel



Pompoenpitten



Sjalot



Knoflookteen



Gele cherrytomaten



Verse basilicum



Spinazie



Grana padano



Crème fraîche



Verse mezzaluna

Ingrediënten

| | 1P | 2P | 3P | 4P |
|----------------------------------|-----|-----|------------|-----|
| Pompoenpitten (g) 15) | 10 | 20 | 30 | 40 |
| Sjalot | 1 | 2 | 2 | 3 |
| Knoflookteen | 1 | 2 | 2 | 3 |
| Gele cherrytomaten (g) ⊕ | 75 | 125 | 200 | 250 |
| Verse basilicum (blaadjes) | 3 | 6 | 9 | 12 |
| Spinazie (g) | 150 | 300 | 450 | 600 |
| Grana padano (g) 7) | 25 | 50 | 75 | 100 |
| Crème fraîche (el) ⊕ 7) | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Verse mezzaluna (g) 1) 3) 7) 12) | 125 | 250 | 375 | 500 |
| Extra vierge olijfolie (el)* | ½ | 1 | 1½ | 2 |
| Zwarte balsamicoazijn (tl)* | ½ | 1 | 1½ | 2 |
| Olijfolie (el)* | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Peper & zout* | | | Naar smaak | |

⊕ Dit gebruik je ook in een ander recept

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten 3) Eieren

7) Melk/lactose 12) Sulfit

15) Kan sporen bevatten van pinda's en noten

Benodigheden

Wok of hapjespan, saladekom, pan met deksel

Voedingswaarden 598 kcal | 33 g eiwit | 41 g koolhydraten | 32 g vet, waarvan 14 g verzadigd | 8 g vezels



1 Verhit een wok of hapjespan op middelhoog vuur en rooster de pompoenpitten, zonder olie, 2 minuten. Haal uit de pan en bewaar apart.

2 Snipper de sjalot en snijd of pers de knoflook fijn. Snijd de gele cherrytomaten doormidden. Scheur de basilicum klein.

3 Meng in een saladekom ⅓ van de spinazie met de pompoenpitten, de helft van de cherrytomaten, de helft van de basilicum en ⅓ van de grana padano. Maak een dressing van de extra vierge olijfolie en zwarte balsamicoazijn en verdeel de dressing over de salade.

4 Kook 750 ml water per persoon in een pan met deksel voor de verse mezzaluna.

5 Verhit de olijfolie in de wok of hapjespan met deksel en fruit de sjalot en knoflook 2 minuten op middelmatig vuur. Zet het vuur lager, scheur de overige spinazie boven de wok klein en laat al roerende slinken. Voeg de overige cherrytomaten, crème fraîche en ⅓ van de grana padano toe aan de wok of hapjespan en bak 1 minuut mee.

6 Kook de mezzaluna in de pan met deksel, afgedekt, 3 minuten (zie tip). Roer de mezzaluna door de saus.

7 Verdeel de mezzaluna over de borden. Garneer met de overige basilicum en grana padano en serveer met de spinaziesalade.

Tip! De verse pasta hoeft maar kort te koken. Zorg dat je de pasta niet te hard kookt, zodat deze niet beschadigt en schep de pasta voorzichtig uit de pan.