



WIJNBOX

Ramón Roqueta blanco

Deze fris-romige witte wijn uit Catalunya, Spanje, combineert perfect met de forel en de smaak van amandelen.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 40
2016

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

Fusilli met gerookte forel en amandelschaafsel

Lekker romig door de crème fraîche

De forel die je gebruikt voor dit gerecht is gerookt boven een vuur van eikenhout. Daardoor krijgt de vis die heerlijke, kenmerkende smaak. Een goede combinatie met de frisse crème fraîche en de pittige rode peper die je op het laatste moment toevoegt voor de liefhebbers.

bewaar in de koelkast



25-30 min



gemakkelijk



eet binnen
3 dagen



pittig



kind-
vriendelijk



Prei



Crème fraîche



Gerookte forel



Knoflookteen



Ui



Rode peper



Tomaat



Fusilli integrale



Amandelschaafsel



Paprikapoeder

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Knoflookteen	1	2	3	4	5	6
Ui	½	1	1½	2	2½	3
Rode peper	¼	½	½	¾	1	1
Prei	½	1	1½	2	2½	3
Tomaat	2	3	4	5	6	7
Fusilli integrale (g) 1)	90	180	270	360	450	540
Amandelschaafsel (g) 8) 19) 22)	10	20	30	40	50	60
Paprikapoeder (tl)	1	2	3	4	5	6
Crème fraîche (el) 7) 15) 20)	2	4	6	8	10	12
Gerookte forel (g) 4)	75	150	225	300	375	450
Olijfolie (el)*	½	1	1½	2	2½	3
Extra vierge olijfolie*				Naar smaak		
Peper & zout*				Naar smaak		

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten **4)** Vis **7)** Melk/lactose **8)** Noten
Kan sporen bevatten van **15)** gluten, **19)** pinda's, **20)** soja en **22)** (andere) noten.

Benodigdheden

Pan met deksel, wok of hapjespan

Voedingswaarden 706 kcal | 37 g eiwit | 76 g koolhydraten | 25 g vet, waarvan 8 g verzadigd | 13 g vezels



1 Breng 500 ml water per persoon aan de kook in een pan met deksel voor de fusilli.



2 Snijd of pers de knoflook fijn. Snipper de ui. Verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd fijn. Bewaar apart ter garnering. Snijd de prei in dunne ringen. Snijd de tomaat in blokjes.



3 Kook de fusilli, afgedekt, 10 - 12 minuten in de pan met deksel. Giet daarna af, bewaar een klein gedeelte van het kookvocht en laat zonder deksel uitstomen.

4 Verhit een wok of hapjespan op hoog vuur en rooster het amandelschaafsel, zonder olie, in 1 - 2 minuten goudbruin. Haal uit de pan en bewaar apart.

5 Verhit de olijfolie in dezelfde wok of hapjespan en fruit de knoflook en ui 2 minuten op laag vuur. Voeg de prei, tomaat en paprikapoeder toe en roerbak 6 - 7 minuten op middelmatig vuur. Voeg vervolgens de crème fraîche toe en laat de saus 2 minuten koken. Breng op smaak met peper en zout.

6 Verdeel de gerookte forel met een vork in kleine stukken. Voeg de fusilli en de helft van de gerookte forel toe aan de wok of hapjespan en verhit 1 minuut. Voeg eventueel wat kookvocht van de fusilli toe als de saus te droog wordt.



7 Verdeel de pasta over de borden en garneer met de overige forel. Besprenkel naar smaak met extra vierge olijfolie en garneer met het amandelschaafsel en de rode peper naar smaak.