



Ravioli in romige spinaziesaus

met gebakken spekjes en oude kaas

SUPERSNEL
IN SEPTEMBER

Druk, druk, druk? Kies deze maand elke week voor een supersnel recept vol groenten, dat je binnen 15 minuten op tafel zet. Een slim begin van het nieuwe schooljaar!



Knoflookteen



Cherrytomaten ✨



Spekblokjes ✨



Nootmuskaat



Ravioli met spinazie en ricotta ✨



Spinazie ✨



Crème fraîche ✨



Geraspte oude kaas ✨

15 MINUTEN

Totaal: 15 min.

Quick & Easy

Gemakkelijk

Caloriefocus

Eet binnen 5 dagen

Omdat pasta altijd een goed idee is, sluiten we deze supersnelle maand af met een ravioli-recept. Een maaltijd naar Popeye z'n hart (of spierbundel), want het zit boordevol spinazie. Niet alleen in de saus, maar ook de ravioli is gevuld met spinazie én ricotta. Dankzij de korte kooktijd van de verse pasta en de snelle, smaakvolle spinazieroomsaus kun jij supersnel genieten van dit gerecht.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN: Waterkoker of steelpan, pan met deksel, hapjespan en vergiet.
Laten we beginnen met het koken van de **ravioli in romige spinaziesaus**



1 VOORBEREIDEN

- Breng ruim water aan de kook in een pan met deksel voor de ravioli.
- Breng ruim water aan de kook in een steelpan met deksel of waterkoker voor de spinazie.
- Pers de **knoflook** of snijd fijn.
- Halveer de **cherrytomaten**.



3 SPINAZIE SLINKEN

- Kook de **ravioli** 4 – 6 minuten. Giet daarna af en laat uitstomen zonder deksel.
- Scheur de **spinazie** grof boven een vergiet. Giet het kokend water over de **spinazie** zodat deze slinkt. Spoel af met koud water en druk met een lepel het vocht uit de **spinazie**.
- Voeg de **spinazie** en de **crème fraîche** toe aan de pan en roer goed door. Breng op smaak met een snuf **nootmuskaat** per persoon, peper en zout.



2 SAUS MAKEN

- Verhit ¼ el olijfolie per persoon in een hapjespan op middelhoog vuur. Voeg de **spekblokjes** en de **knoflook** toe en bak 2 minuten.
- Voeg de **cherrytomaten** toe en bak nog 2 – 3 minuten.
- Rasp per persoon een snuf van de **nootmuskaat**.



4 SERVEREN

- Haal de hapjespan van het vuur en schep de **ravioli** erdoorheen.
- Verdeel de **ravioli** over de borden en bestrooi met de **gerasppte kaas**.

1-6 PERSONEN INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Knoflookteen (st)	½	1	1½	2	2½	3
Cherrytomaten (g) *	125	250	375	500	625	750
Spekblokjes (g) *	20	40	60	80	100	120
Nootmuskaat (bol)	1	1	1	1	2	2
Ravioli met spinazie en ricotta (g) 1) 3) 7) *	140	280	420	560	700	840
Spinazie (g) 23) *	75	150	225	300	375	450
Crème fraîche (g) 7) *	50	100	150	200	250	300
Geraspte oude kaas (g) 7) *	12	25	36	50	61	75
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 G
Energie (kJ/kcal)	2749 / 657	642 / 153
Vetten (g)	37	9
Waarvan verzadigd (g)	19,0	4,4
Koolhydraten (g)	50	12
Waarvan suikers (g)	6,9	1,6
Vezels (g)	6	1
Eiwit (g)	27	6
Zout (g)	1,9	0,4

ALLERGENEN

1) Glutenbevattende granen 3) Eieren 7) Melk/lactose
Kan sporen bevatten van: 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Neem gerust contact op via de website of via onze social-mediakanalen.

