

Hello
FRESH

WIJNBOX

Cabriz branco

Met al die romige smaken is het lekker om er een frisse, sappige witte wijn bij te drinken om het geheel licht te houden.



Maak een foto van je bereid en dezer. De mooiste foto krijgt een verrassing!

www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 08
2017



Een culinaire vraag tijdens het koken?

Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232.



Romige gnocchi met buffelmozzarella

Met salie en aubergine

Gnocchi spreek je uit als 'njokki' en is Italiaans voor klontjes. Je kunt heel gemakkelijk zien of de gnocchi gaar is, want dan komen de deegkussentjes naar de oppervlakte drijven. De gnocchi wordt geserveerd met romige buffelmozzarella en zachte aubergine.



20-25 min



supersimpel



eet binnen
5 dagen



kind-
vriendelijk



vegetarisch

bewaar in de koelkast



Champignons



Verse salie



Buffelmozzarella



Aubergine



Ui



Knoflookteen



Gnocchi

Ingrediënten

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Aubergine (st)	½	1	1½	2	2½	3
Ui (st)	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Champignons (g)	100	200	300	400	500	600
Verse salie (blaadjes) 23)	3	6	9	12	15	18
Gnocchi (g) 1)	175	350	500	675	850	1000
Buffelmozzarella (g) 7)	65	125	190	250	315	375
Roomboter (el)*	1	1	2	2	3	3
Extra vierge olijfolie*				Naar smaak		
Peper & zout*				Naar smaak		

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten 7) Melk/lactose
Kan sporen bevatten van
23) selderij.

Benodigheden

Pan met deksel, wok of
hapjespan

Voedingswaarden

	Energie kJ / kcal	Vetten (g)	Waarvan verzadigd (g)	Koolhydraten (g)	Waarvan suikers (g)	Vezels (g)	Eiwitten (g)	Zout (g)
Portie *	2381 / 569	20	12,9	73	8,3	8	22	0,5
100 g **	454 / 109	4	2,5	14	1,6	2	4	0,1

* Per persoon per portie | ** Per 100 gram



1 Kook 500 ml water per persoon in een pan met deksel voor de aubergine en gnocchi.

2 Snijd de aubergine in blokjes van 1 cm. Snijd de ui in halve ringen en snijd of pers de knoflook fijn. Snijd de champignons in kwarten en snijd de salie fijn.

3 Kook de aubergine, afgedekt, 5 minuten in de pan met deksel. Voeg halverwege de gnocchi toe en kook totdat de gnocchi boven komt drijven. Giet daarna beide af en laat zonder deksel uitstomen.

4 Verhit ondertussen de roomboter in een wok of hapjespan en fruit de ui en knoflook 2 minuten op middellaag vuur. Voeg de champignons, aubergine, gnocchi en salie toe en bak 5 minuten op middelhoog vuur. Breng op smaak met peper en zout.

5 Scheur ondertussen de buffelmozzarella klein.

6 Verdeel het gerecht en de buffelmozzarella over de borden. Besprenkel naar smaak met extra vierge olijfolie.

Tip! Je kunt als variatie ook zelf salieboter maken. Dit doe je door de roomboter, knoflook en hele salieblaadjes 2 minuten te bakken in de wok of hapjespan met deksel. Voeg vervolgens de champignons, aubergine en gnocchi toe en bak 5 minuten op hoog vuur.

Ben je een liefhebber van balsamicoazijn? Voeg dan samen met de champignons, aubergine en salie 1 theelepel balsamicoazijn per persoon toe aan de wok of hapjespan met deksel.

