



# Conchiglie met rode pesto en feta

Met mini-romatomaatjes, rucola en basilicum



## L'AURÉOLE ROUGE

Deze wijn komt uit het zuidwesten van Frankrijk en is gemaakt van merlot, die de wijn soepel en rond maakt. Het is een zachte wijn met een dieprode kleur, een lichte kruidigheid en aroma's van bosaardbeitjes en kersen.



Sjalot



Mini-romatomaatjes \*



Conchiglie tricolore



Feta \*



Verse basilicum \*



Rode pesto \*



Rucola \*

Totaal: 20-25 min. Veggie

Supersimpel

Eet binnen 5 dagen

Conchiglie betekent schelpen in het Italiaans. Deze pasta neemt niet alleen saus mee in de schelp, door de ribbelige structuur blijft het ook goed aan de buitenkant zitten. De perfecte pastavorm voor deze maaltijd dus! De drie kleuren van de pasta voegen bovendien een subtiele smaak toe: de groene schelpen zijn op smaak gebracht met spinazie en de rode met tomatenpasta.

# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, wok of hapjespan en kleine kom.

Laten we beginnen met het koken van de **conchiglie met rode pesto en feta**.



### 1 VOORBEREIDEN

Kook ruim water in een pan met deksel voor de conchiglie. Snipper de **sjalot** en halveer de **mini-romatomen**.



### 2 CONCHIGLIE KOKEN

Kook de **conchiglie**, afgedekt, 14 – 16 minuten in de pan met deksel. Giet daarna af en laat zonder deksel uitstomen.



### 3 TOMAATJES ROERBAKKEN

Verhit ondertussen de olijfolie in een wok of hapjespan en fruit de **sjalot** 2 minuten op middellaag vuur. Zet het vuur middelhoog, voeg de **tomaten** toe en roerbak 4 minuten. Breng op smaak met peper en zout.



### 4 PASTA MENGEN

Snijd ondertussen de **feta** in blokjes van ½ cm en scheur de blaadjes **basilicum** klein. Voeg de **conchiglie** en de **rode pesto** toe aan de wok of hapjespan en verhit 1 minuut ★.



### 5 DRESSING MAKEN

Maak in een kleine kom een dressing van de zwarte balsamicoazijn en de extra vierge olijfolie. Breng op smaak met peper en zout.



### 6 SERVEREN

Verdeel de **rucola** en de **conchiglie** over de borden. Besprenkel met de **dressing** en garneer het gerecht met de **feta** en de **basilicum**.

★ **TIP:** Voeg voor een zoetzuur accent tijdens stap 4 1 tl zwarte balsamicoazijn per persoon toe aan de pastasaus.

## 1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Sjalot (st)	1	2	3	4	5	6
Mini-romatomen (g) *	125	250	375	500	625	750
Conchiglie tricolore (g) 1)	90	180	270	360	450	540
Feta (g) 7) *	40	75	100	125	150	175
Verse basilicum (blaadjes) 23) *	2	4	6	8	10	12
Rode pesto (g) 7) 8) *	40	80	120	160	200	240
Rucola (g) 23) *	40	60	80	100	120	140
Olijfolie* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Zwarte balsamicoazijn* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Extra vierge olijfolie* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout*	naar smaak					

\*Zelf toevoegen | \* in de koelkast bewaren

### VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3372 / 806	625 / 149
Vet totaal (g)	45	8
Waarvan verzadigd (g)	11,0	2,0
Koolhydraten (g)	76	14
Waarvan suikers (g)	8,8	1,6
Vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	21	4
Zout (g)	0,7	0,1

### ALLERGENEN

1) Gluten 7) Melk/lactose 8) Noten

Kan sporen bevatten van: 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.



Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl  
www.hellofresh.be

WEEK 12 | 2018

