



Linguine met zelfgemaakte spinaziepesto

met geroosterde cherrytomaatjes en Italiaanse kaas

VEGGIE **FAMILY** 25 min. • Eet binnen 5 dagen



VEGGIE



Rode cherrytomaatjes



Knoflookteen



Basilicum



Citroen



Spinazie



Cashewnoten



Linguine



Italiaanse kaas

Voorraadkast items

Zwarte balsamicoazijn, olijfolie, extra vierge olijfolie, peper en zout

Begin goed

Vergeet niet om verse groenten en fruit te wassen en af te wegen voor je begint met koken.

Benodigheden

Pan met deksel, ovenschaal, kom, koekenpan, staafmixer

Ingrediënten voor 1 – 6 personen

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Rode cherrytomaten (g)	250	375	500	625	875	1000
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Basilicum* (g)	5	10	15	20	25	30
Citroen (st)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Spinazie* (g) 23	75	150	225	300	375	450
Cashewnoten (g) 8) 19) 25)	10	20	30	40	50	60
Linguine (g) 1) 17) 20)	90	180	270	360	450	540
Italiaanse kaas* (g) 3) 7)	25	50	75	100	125	150

Zelf toevoegen

Zwarte balsamicoazijn (el)	½	1	1½	2	2½	3
Olijfolie (el)	¾	1½	2¼	3	3¾	4½
Extra vierge olijfolie (el)	2	4	6	8	10	12

Peper & zout naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3615 / 864	796 / 190
Vetten (g)	48	11
Waarvan verzadigd (g)	11,0	2,4
Koolhydraten (g)	78	17
Waarvan suikers (g)	12,2	2,7
Vezels (g)	9	2
Eiwit (g)	25	6
Zout (g)	0,4	0,1

Allergenen:

1) Glutenbevattende granen 3) Eieren 7) Melk/Lactose

8) Noten

Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 19) Pinda's 20) Soja 23) Selderij 25) Sesamzaad

Contact

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



1. Voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200 graden. Breng in een pan met deksel ruim water aan de kook voor de **linguine**. Halveer de **rode cherrytomaten**, pers de **knoflook** of snijd fijn, haal de blaadjes van de **basilicum** en pers de **citroen** uit.



4. Linguine koken

Kook de **linguine**, afgedekt, 12 – 14 minuten in de pan met deksel. Giet daarna af en laat uitstomen zonder deksel.



2. Cherrytomaten roosteren

Leg de **rode cherrytomaten** in een ovenschaal. Besprenkel met ¾ el olijfolie per persoon en 1 el zwarte balsamicoazijn. Breng goed op smaak met peper en zout en rooster 12 – 15 minuten in de oven.



5. Spinaziepesto maken

Meng ondertussen in een hoge kom de gebakken **spinazie**, de **knoflook**, de **basilicum**, ¾ van de **geraspte Italiaanse kaas** en de **cashewnoten**. Voeg per persoon 1 el citroensap, 2 el extra vierge olijfolie en 1 el kookvocht toe en pureer met een staafmixer tot een gladde pesto. Proef en breng goed op smaak met peper en zout.



3. Spinazie en cashewnoten bakken

Verwarm een koekenpan, zonder olie, op middelhoog vuur en bak de **spinazie** 3 – 4 minuten, of totdat de **spinazie** helemaal geslonken is. Verwarm ondertussen een andere koekenpan, zonder olie, op middelhoog vuur en rooster de **cashewnoten** tot ze beginnen te kleuren. Haal uit de pan en bewaar apart.



6. Serveren

Verdeel de **linguine** over de borden en schep de spinaziepesto erop. Verdeel de **cherrytomaten** erover en besprenkel met het overgebleven vocht van de **cherrytomaten**. Garneer met de overige **geraspte Italiaanse kaas**.

WEETJE: Wist je dat dit gerecht ongeveer 250 g groente bevat, weinig zout en veel vitamine C en calcium?

Eet smakelijk!