



# Pasta met geroosterde-paprikasaus en halloumi met courgette en vers basilicum



Rode paprika \*



Knoflookteen



Sjalot



Courgette \*



Vers basilicum \*



Spaghetti



Italiaanse kruiden



Passata



Halloumi \*

Totaal: **45** min.

Family

Gemakkelijk

Veggie

Eet binnen **5** dagen

Een zomerse pasta boordevol smaak. Door de paprika's te roosteren worden ze lekker zoet. Als zoute tegenhanger voeg je halloumi toe. Dit bijzondere kaasje is qua smaak een mix van feta en mozzarella, maar wat hem echt speciaal maakt is dat hij niet smelt tijdens het bakken. Laat je ons weten of het in de smaak viel?



# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, ovenschaal, aluminiumfolie, dunschiller, bakplaat met bakpapier, steelpan, staafmixer en koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **pasta met geroosterde-paprikasaus**.



### 1 PAPIKA ROOSTEREN

Verwarm de oven voor op 220 graden. Breng ruim water aan de kook in een pan met deksel voor de **spaghetti**. Snijd de **rode paprika** in kwarten, verwijder de zaadlijsten en leg de kwarten in een ovenschaal. Wrijf ze in met ½ el olijfolie per persoon, peper en zout. Dek de ovenschaal losjes af met aluminiumfolie. Rooster de **rode paprika** 25 – 30 minuten in de oven. Verwijder het aluminiumfolie na 20 minuten.



### 4 SAUS MAKEN

Voeg de geroosterde **paprika** toe aan de steelpan met **tomatensaus**. Haal de steelpan van het vuur en mix met een staafmixer tot een gladde saus ★. Zet de pan dan weer op het vuur, breng op smaak met peper en zout en laat nog 6 – 8 minuten pruttelen op gemiddeld vuur.



### 2 COURGETTE ROOSTEREN

Pers ondertussen de **knoflook** of snijd fijn en snipper de **sjalot**. Hak het **basilicum** grof. Schaaf de **courgette** met een dunschiller in dunne linten en verdeel over een bakplaat met bakpapier. Besprenkel de **courgette** met ¼ el olijfolie per persoon en breng op smaak met peper en zout. Bak de **courgette** de laatste 8 – 10 minuten mee in de oven met de **paprika**.



### 5 HALLOUMI BAKKEN

Verhit vlak voor serveren ¼ el olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de **halloumi** 2 – 3 minuten per kant ★★. Meng de **spaghetti** door de **paprikasaus**.

★**TIP:** Vind je het onhandig om in je steelpan te mixen? Voeg dan de geroosterde paprika en de tomatensaus toe aan een hoge kom of maatbeker. Mix de saus daarin en giet dan terug in de steelpan.



### 3 KOKEN EN SNIJDEN

Kook de **spaghetti** in de pan met deksel, afgedekt, in 10 – 12 minuten gaar. Giet af en laat uitstomen zonder deksel. Verhit ½ el olijfolie per persoon in een steelpan op middelhoog vuur en fruit de **knoflook**, **sjalot** en **Italiaanse kruiden** 2 minuten. Blus af met per persoon 1 tl zwarte balsamicoazijn en 1 el water en de **passata**. Verlaag het vuur en laat 6 – 8 minuten zachtjes pruttelen. Snijd de **halloumi** in plakken van 1 cm dik.



### 6 SERVEREN

Verdeel de **spaghetti** over de borden en leg de **halloumi** erop. Serveer met de **courgettelinten** en garneer het geheel met het **basilicum**.

★★**TIP:** Halloumi heeft de beste smaak en textuur als je hem vlak na het bakken serveert.

# 1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Rode paprika (st) *	1	2	3	4	5	6
Knoflookteen (st)	½	1	1½	2	2½	3
Sjalot (st)	½	1	1½	2	2½	3
Courgette (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Vers basilicum (g) *	2½	5	7½	10	12½	15
Spaghetti (g) 1) 17) 20)	90	180	270	360	450	540
Italiaanse kruiden (tl)	1	2	3	4	5	6
Passata (g)	100	200	300	400	500	600
Halloumi (g) 7) *	100	200	300	400	500	600
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Zwarte balsamicoazijn (el)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout	naar smaak					

\* in de koelkast bewaren

## VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3983 / 952	584 / 140
Vet totaal (g)	44	7
Waarvan verzadigd (g)	16,9	2,5
Koolhydraten (g)	92	14
Waarvan suikers (g)	27,1	4,0
Vezels (g)	9	1
Eiwit (g)	41	6
Zout (g)	2,6	0,4

## ALLERGENEN

1) Glutenbevattende granen 7) Melk/lactose  
Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 20) Soja

📌 **TIP:** Let jij op je calorie-inname? Gebruik dan de helft van de halloumi en 75 g spaghetti per persoon. De overige halloumi kun je de volgende dag in een salade gebruiken en de spaghetti kun je in een soep meekoken.

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

   #HelloFresh

WEEK 40 | 2019

