



Pasta pesto met courgette en buffelmozzarella

met rucola en krulpeterselie



Ui ✨



Knoflookteen ✨



Courgette ✨



Verse krulpeterselie ✨



Buffelmozzarella ✨



Conchiglie ✨



Groene pesto ✨



Rucola ✨

Totaal: 25 min.

Veggie

Gemakkelijk

Eet binnen 5 dagen

Deze pasta-pesto is lekker fris door de rodevijnazijn. Schijnt de zon? Het gerecht is zowel warm als koud erg lekker – perfect voor een nazomeravond in het park. Wil je er een echte salade van maken? Serveer het gerecht dan in een saladekom en voeg alle rucola pas op het einde toe – zo blijft hij lekker knapperig en pikant van smaak.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, kom, aluminiumfolie en koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **pasta pesto met courgette en buffelmozzarella**.



1 VOORBEREIDEN

Breng in een pan met deksel ruim water aan de kook voor de conchiglie. Snipper de **ui** en pers de **knoflook** of snijd fijn. Snijd de **courgette** in dikke plakken van 1 cm dik. Snijd de **krulpeterselie** fijn. Scheur de **buffelmozzarella** in grove stukken.



2 CONCHIGLIE KOKEN

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



3 PESTO MAKEN

Meng in een kom de **pesto** met de **peterselie** en per persoon ½ el rodewijnazijn, ½ el extra vierge olijfolie en ¼ tl zout. Breng op smaak met peper.



4 COURGETTE BAKKEN

Verhit ½ el olijfolie per persoon in een koekenpan en bak de **courgette** 2 minuten per kant op hoog vuur. Breng op smaak met peper en zout. Haal daarna uit de pan en wikkel in aluminiumfolie.



5 PASTA AFMAKEN

Verhit weer ½ el olijfolie per persoon in dezelfde koekenpan en fruit de **ui** en **knoflook** 2 – 3 minuten op middelhoog vuur. Voeg de **conchiglie** en **pesto** toe en meng goed. Scheur het grootste deel van de **rucola** grof boven de pan, zet het vuur uit en schep de gescheurde **rucola** door de **conchiglie**.



6 SERVEREN

Verdeel de pasta over de borden en leg de **courgette** ernaast. Verdeel de **buffelmozzarella** over de **conchiglie** en garneer met de overige **rucola**.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Ui (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Courgette (st)	½	1	1½	2	2½	3
Verse krulpeterselie (g) *	7½	15	20	25	35	40
Buffelmozzarella (bol) 7) *	½	1	1½	2	2½	3
Conchiglie (g) 1) 17) 20)	90	180	270	360	450	540
Groene pesto (g) 7) 8) *	40	80	120	160	200	240
Rucola (g) 23) *	20	40	60	80	100	120
Zelf toevoegen						
Rodewijnazijn (el)	½	1	1½	2	2½	3
Extra vierge olijfolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
Zout (tl)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3868 / 925	814 / 195
Vet totaal (g)	52	11
Waarvan verzadigd (g)	14,5	3,1
Koolhydraten (g)	82	17
Waarvan suikers (g)	12,8	2,7
Vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	29	6
Zout (g)	1,1	0,2

ALLERGENEN

1) Glutenbevattende granen 7) Melk/lactose 8) Noten
Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 20) Soja 23) Selderij

TIP: Let jij op je calorie-inname? Voeg dan geen extra vierge olijfolie toe aan de pesto en gebruik de helft van de buffelmozzarella.

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

