Polpettone gevuld met mozzarella

met pasta, gestoofde paprika en broccolini

BOURGONDISCH 55 min. • Eet binnen 5 dagen

BOURGONSICH

- Knoflookteen
- Ui
- Vers basilicum
- Gemengd gekruid gehakt
- Vrije-uitloopei
- Panko
- Italiaanse kruiden
- Buffelmozzarella
- Gele paprika
- Rode paprika
- Orecchiette
- Broccolini
- Slagroom
- Italiaanse kaas
- Groene pesto
- Amandelschaafsel

Voorraadkast items

Olijfolie, peper en zout

Begin goed

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

Benodigdheden

Pan met deksel, ovenschaal, kom, koekenpan met deksel, bakplaat met bakpapier, aluminiumfolie, grote schaal

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Ui (st)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Vers basilicum* (g)	5	10	15	20	25	30
Gemengd gekruid gehakt* (g)	150	300	450	600	750	900
Vrije-uitloopei (st) **3)**	½	1	1½	2	2½	3
Panko (g) **1)**	25	50	75	100	125	150
Italiaanse kruiden (tl)	1½	3	4½	6	7½	9
Buffelmozzarella* (st) **7)**	½	1	1½	2	2½	3
Gele paprika* (st)	½	1	1	2	2	3
Rode paprika* (st)	½	1	2	2	3	3
Orecchiette (g) **1) 17) 20)**	90	180	270	360	450	540
Broccolini* (g)	100	200	300	400	500	600
Slagroom* (ml) **7)**	50	100	150	200	250	300
Italiaanse kaas* (g) **3) 7)**	15	25	35	50	60	75
Groene pesto* (g) **7) 8)**	25	50	75	100	125	150
Amandelschaafsel* (g) **8) 19) 25)**	10	20	30	40	50	60
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Zout (tl)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Peper & zout	naar smaak					

** in de koelkast bewaren*

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	6740 /1611	889 /212
Vetten (g)	97	13
Waarvan verzadigd (g)	36,6	4,8
Koolhydraten (g)	104	14
Waarvan suikers (g)	16,2	2,1
Vezels (g)	11	1
Eiwit (g)	73	10
Zout (g)	2,9	0,4

Allergenen:

1) Glutenbevattende granen **3)** Eieren **7)** Melk/Lactose **8)** Noten
Kan sporen bevatten van: 17) Eieren **19)** Pinda's **20)** Soja **25)** Sesamzaad

1. Polpettone maken

Verwarm de oven voor op 210 graden. Pers de **knoflook** of snijd fijn. Snipper de **ui** zeer fijn. Snijd de basilicumblaadjes in reepjes. Meng het **gehakt** in een kom met per persoon: ½ **ei**, ¼ tl zout, de **panko**, **ui, Italiaanse kruiden**, de helft van de **knoflook** en de helft van het **basilicum**. Rol het **gehakt** uit, plaats de bol **mozzarella** in het midden en vouw het **gehakt** eromheen dicht. Kneed tot een platte bol en zorg dat er geen openingen zijn.

2. Polpettone bakken

Breng ruim water aan de kook in een pan met deksel met een flinke snuf zout voor de **pasta**. Smeer de polpettone in met ½ el olijfolie per persoon. Leg de polpettone in een ovenschaal, dek af met aluminiumfolie en bak 25 – 30 minuten in de oven. Haal de laatste 10 minuten het aluminiumfolie van de ovenschaal. Snijd ondertussen de **rode en gele paprika** in reepjes.

3. Pasta koken

Kook de **orecchiette**, afgedekt, in 10 – 12 minuten beetgaar in een pan met deksel.

4. Groenten bakken

Verhit ½ el olijfolie per persoon in koekenpan met deksel. Bak de **paprikareepjes**, afgedekt, met ½ el witte balsamicoazijn per persoon in 10 – 12 minuten zacht. Meng de **broccolini** op een bakplaat met bakpapier met ½ el olijfolie per persoon en de overige **knoflook**. Breng op smaak met peper en zout en bak 10 – 12 minuten mee in de oven met de polpettone.

5. Pasta afmaken

Giet de **pasta** af, stort terug in de pan en voeg er de **pesto**, **slagroom** en de helft van de **Italiaanse kaas** aan toe. Verwarm de **pasta** nog 4 – 5 minuten in de pan met deksel op laag vuur. Verwarm ondertussen een koekenpan, zonder olie, op middelhoog vuur en bak het **amandelschaafsel** kort goudbruin.

6. Serveren

Schep de pasta in een grote schaal en leg de polpettone hierop. Garneer met de rest van de **Italiaanse kaas**. Serveer de **broccolini** in een schaal en garneer deze met de **geschaafde amandelen**. Garneer de gestoofde **paprika** met het overige **basilicum**.

Eet smakelijk!