



Citroenige risoni met rundersaucijsjes

met paprikasaus en verse kruiden



ca. 25min



2 personen

Weinig tijd en moeite, maar groots resultaat? Dan is deze papikarisoni je op het lijf geschreven. Hij is binnen een halfuurtje klaar en dankzij de paprikapuree, het gulle gebruik van citroensap en de saucijsjes zit-ie toch boordevol met smaak.

Wat je van ons krijgt

- 1 courgette
- 1 teen knoflook
- 2 rundersaucijzen
- 200g biologische risoni ¹
- 1 zakje runderbouillonpoeder
- 1 paprika
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 20g verse kruidenmix: basilicum & platte peterselie
- 1 onbehandelde citroen

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- grote koekenpan of wok met deksel
- waterkoker
- staafmixer met beker
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

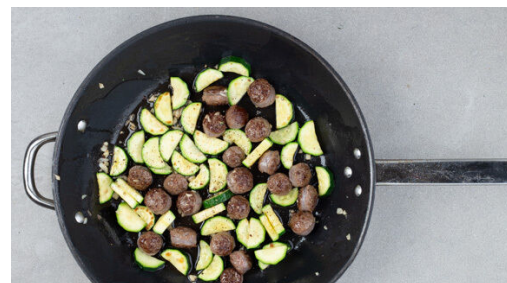
Voedingswaarde per portie

calorieën 746kcal, vet 26.8g, koolhydraten 89.1g, eiwit 36.6g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng 400ml water aan de kook in een waterkoker. Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Pel en hak de **knoflook** grof. Snijd de **worsten** in dikke plakken.



2. Courgette en worst bakken

Verhit een grote koekenpan of wok met 1el olijfolie op middelhoog vuur. Bak de **knoflook** ca. 30sec. Voeg de **worst** toe en braad 1-2min mee. Voeg dan de **courgette** met een snuf zout toe en bak nog ca. 3min.



3. Risoni koken

Voeg de **risoni**, 200ml gekookt water en de **helft van het bouillonpoeder** toe. Roer door en leg een deksel op de pan. Laat 7-10min zachtjes koken, tot de **risoni** beetgaar is. Proef tussendoor en voeg indien nodig meer heet water toe. Neem de pan van het vuur.



4. Paprikapuree toevoegen

Verwijder de kern en snijd de **paprika** in grove stukken. Doe ze met 100ml gekookt water en **1/2-1tl paprikapoeder** in een hoge (maat)beker. Pureer glad met een staafmixer en roer de **puree** door de **risoni**.



5. Garnituur voorbereiden

Hak de **basilicum en peterselie incl. steeltjes** grof. Pers **1 citroenhelft** uit en snijd de **andere helft** in partjes.



6. Risoni afmaken

Roer **1-2el citroensap** door de **risoni** en proef of je nog peper en zout wil toevoegen. Bestrooi de **risoni** met de **verse kruiden** en geef de **citroenpartjes** erbij om erover uit te knippen.