



Griekse pasta bolognese

met feta en olijven



20-30min



2 personen

Heb je wel eens torchiette gegeten? Deze mooie, gedraaide pasta neemt met gemak alle smaken op en dankzij de unieke kronkelvorm kleeft de saus er perfect aan. Vertel het de Italianen niet, maar wij hebben aan dit pastarecept een Griekse kruidenmix, olijfjes en feta toegevoegd. Een iets minder traditionele bolognese, maar minstens net zo lekker.

Wat je van ons krijgt

- 250g torchiette ¹
- 1 teen knoflook
- 1 wortel
- 1 zakje zwarte olijven
- 1x feta ⁷
- 1x preireepjes
- 1 zakje Griekse kruidenmix
- 1 blik tomatenblokjes
- 1x rundergehakt

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- 2 middelgrote kookpannen
- keukenrasp
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1146kcal, vet 48.5g, koolhydraten 118.8g, eiwit 55.5g



1. Knoflook snijden

Kook in een middelgrote kookpan genoeg zout water voor de **pasta**. Pel en hak de **knoflook** fijn.



2. Ingrediënten voorbereiden

Schil of schrob de **wortel** en rasp 'm grof. Halveer de **olijven** en verkruimel de **feta**.



3. Groenten bakken

Verhit een 2e middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **prei** en **wortel** ca. 2min. Voeg de **knoflook**, **olijven** en **Griekse kruidenmix** toe en bak ca. 1min. Roer de **tomatenblokjes** erdoor.



4. Saus maken

Voeg het **gehakt** toe, roer goed door en laat de **saus** op middellaag-laag vuur 10-12min pruttelen.



5. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 6-8min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op en doe de **pasta** terug in de pan.



6. Pasta afmaken

Schep de **pasta** door de **saus** en voeg evt. wat **kookwater** toe om de **saus** te binden. Proef of je nog zout en peper wil toevoegen en serveer de **bolognese** met de **feta**.