



Tortellonisalade met feta en olijven

met gegrilde courgette en citroendressing



ca. 25min



2 personen

De tortelloni van vandaag zijn gevuld met pesto en passen perfect bij de hartige feta en olijven, die van deze vullende salade een echte mediterrane traktatie maken. De heerlijke gegrilde courgette, rucola en frisse citroendressing brengen ons ook een heel stuk dichterbij het zuiden - elke hap is een geluksmomentje!

Wat je van ons krijgt

- 250g tortelloni met pestovulling^{1,3,7}
- 2 tomaten
- 1 rode ui
- 1 courgette
- 1 citroen
- 50g feta⁷
- 1 zakje zwarte olijven
- 50g rucola

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- honing of suiker
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grillpan
- bakkwast
- keukenrasp
- zeef of vergiet

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

Kooktip

Je kunt de courgette ook in dikkere plakken snijden en ze op de BBQ grillen.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 718kcal, vet 42.1g, koolhydraten 65.8g, eiwit 20.4g



1. Tortelloni koken

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Doe de **pasta** in het kokende water en kook in 4-5min beetgaar. Giet af in een zeef, laat uitlekken en doe terug in de pan. Meng de **pasta** met 1el olijfolie. Snijd de **tomaten** in dunne partjes. Halveer, pel en snijd de **ui** in zeer fijne reepjes.



4. Ui inmaken

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Klop een **dressing** van **1tl citroenschil** en **2el citroensap**, 1el olijfolie en 1/2tl honing of suiker. Meng de **uireepjes** met de **dressing** en breng evt. op smaak met zout en peper.



2. Groenten snijden

Snijd de **tomaten** in dunne partjes. Halveer, pel en snijd de **ui** in zeer fijne reepjes.



5. Ingrediënten voorbereiden

Verkruimel de **feta**. Hak de **olijven** grof.



3. Courgette grillen

Snijd de **courgette** in dunne plakjes en bestrijk ze met wat olijfolie. Verhit een grillpan of gewone koekenpan op hoog vuur. Leg de **courgetteplakjes** in de pan en zorg dat ze elkaar niet overlappen. Bak de **courgetteplakjes** 1-2min aan elke kant goudbruin. Breng ze op smaak met zout en peper.



6. Salade afmaken

Meng de **tortelloni** voorzichtig met de **ui**, de **tomaten**, de **courgetteplakjes**, de **olijven**, de **feta** en de **rucola**. Proef en breng op smaak met zout en peper. Voeg evt. 1el lichte azijn toe. Verdeel de **tortellonisalade** over borden en serveer.