



Special V3: Vegetarische pasta bolognese

met wortel en verse basilicum



20-30min



2 personen

Er zijn gerechten waar we gewoon niet zonder kunnen. Bijvoorbeeld pasta bolognese - in deze versie met vegan gehakt - is terecht een geliefd gerecht bij jong en oud. En heb je 'm wel eens met geraspte wortels gemaakt? Zo voeg je een extra portie umami toe aan je gerecht. En de verse basilicum willen we natuurlijk ook niet missen. Probeer het vanavond zelf uit!

Wat je van ons krijgt

- 200g biologische volkoren fusilli ¹
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 wortel
- 200g vegan gehakt ⁶
- 1 stengel bleekselderij ⁹
- 1 blik tomatenblokjes
- 1 zakje runderbouillonpoeder
- 1 zakje gedroogde oregano
- 2 blokjes Italiaanse kaas ⁷
- 10g verse basilicum

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- keukenrasp
- vergiet

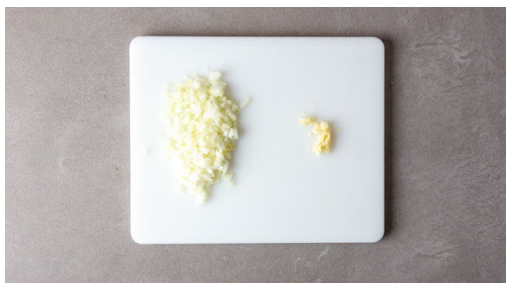
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

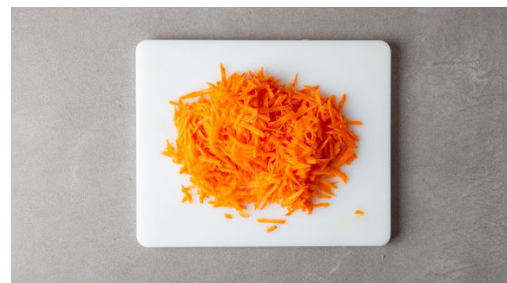
Voedingswaarde per portie

calorieën 802kcal, vet 24.5g, koolhydraten 100.8g, eiwit 37.0g



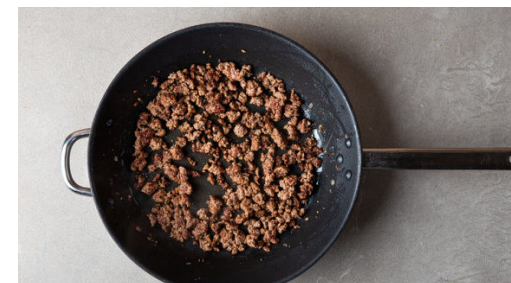
1. Ui snijden

Breng in een middelgrote kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Pel de **ui** en de **knoflook** en snijd beide fijn.



2. Wortel raspen

Schil of schrob de **wortel** en rasp 'm grof.



3. Vegan gehakt bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie en bak het **vegan gehakt** in 3-4min rul. Kruid met peper en zout. Snijd ondertussen de **bleekselderij** in dunne plakjes.



4. Saus maken

Voeg de **ui**, **knoflook**, **wortel** en **bleekselderij** toe en bak ca. 1min mee. Blus af met de **tomatenblokjes** en 200ml water. Los de **helft van het bouillonpoeder** op in de **sous** en laat ca. 10-15min zachtjes koken op laag vuur. Voeg evt. wat meer water toe als het vocht te snel inkookt. Proef en breng op smaak met de **oregano**, peper en zout.



5. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 11-13min beetgaar. Giet af in een vergiet en laat uitlekken.



6. Smaakmakers voorbereiden

Rasp de **kaas** fijn. Pluk de **basilicumblaadjes** van de steeltjes, snijd $\frac{3}{4}$ van de **blaadjes** fijn en roer ze door de **sous**. **Tip:** als je wilt kun je de **steeltjes** ook fijn snijden en door de **sous** mengen. Serveer de **pasta** met de **sous**, **kaas** en de **rest van de basilicum**.