

Gerookte peperige makreel

met orrecchiette en spinazie



20-30min



2 personen

In Italië zijn ze trots op hun grote variëteit aan pastasoorten, maar volgens culinaire vertellingen zou de orecchiette zijn ontstaan in Frankrijk, in de Provence. De pasta werd vervolgens per schip naar Italië gebracht en kreeg daar een perfect passende naam: oortjespasta. Deze pasta is makkelijk te bereiden en past perfect in onze saus met verse spinazie, sappige kerstomaatjes en gerookte mak...

Wat je van ons krijgt

- 7
- 1
- 4
- 9
- 7

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- kookpan
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), vis (4), melk (7), selderij (9).
Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 920kcal, vet 55.2g,
koolhydraten 70.9g, eiwit 32.3g



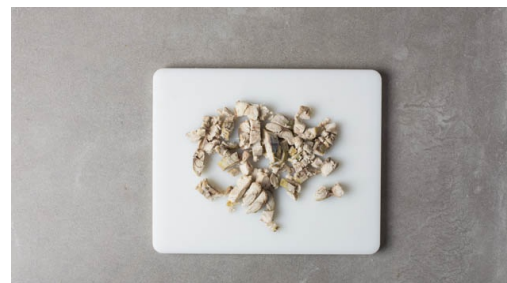
1. Knoflook en ui snijden

Breng ruim gezouten water in een middelgrote kookpan aan de kook voor de **pasta**. Pel en halveer de **ui** en **knoflook**. Snijd de **ui** in dunne halve ringen en de **knoflook** in dunne plakjes.



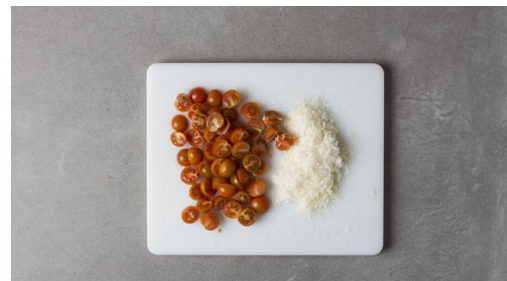
4. Saus maken

Verhit ondertussen 1el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **ui** en **knoflook** 1-2min. Doe de **gerookte makreel**, **crème fraîche** en **1/3e van het opgevangen kookwater** in de pan. Zet het vuur middellaag en verkruimel het **bouillonblokje** erboven. Kook 2-3min en breng de **saus** op smaak met peper en evt. zout.



2. Makreel voorbereiden

Hak de **gerookte makreel** grof. De **vis** kan graten bevatten, deze kun je gemakkelijk met een pincet verwijderen.



5. Cherrytomaten snijden

Halveer intussen de **cherrytomaten** en rasp de **kaas** fijn.



3. Pasta koken

Voeg **2/3e van de orecchiette** (gebruik bij grote trek **alle pasta**) toe zodra het water kookt en kook in 8-10min beetgaar. Vang bij het afgieten **150ml kookwater** op en laat de **pasta** uitlekken.



6. Babyspinazie toevoegen

Voeg tot slot hand voor hand de **babyspinazie** aan de **saus** toe en kook 1-2min, totdat de **spinazie** is geslonken. Roer de gekookte **pasta** en **cherrytomaten** erdoor en voeg indien nodig meer **kookwater** toe voor een dunnere **saus**. Serveer de **pasta** bestrooid met **kaas**.