

Orecchiette met salsiccia

en romige savooikoolsaus



ca. 20min



2 personen

Vandaag kook je met een van de oudste koolsoorten ter wereld: savooiekool (ook wel groene kool). Dit oudere broertje van de boerenkool zit boordevol kalium, ijzer en calcium. Je brengt deze licht bittere kool op smaak met het bakvet van de kruidige salsiccia en maakt 'm romig met crème fraîche. Mix deze vitaminebom vervolgens met de pasta en je hebt een rappe en voedzame maaltijd!

Wat je van ons krijgt

- 7
- 9
- 7
- 1

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- dunschiller
- fijne keukenrasp
- grote kookpan met deksel
- maatbeker
- middelgrote kookpan
- waterkoker

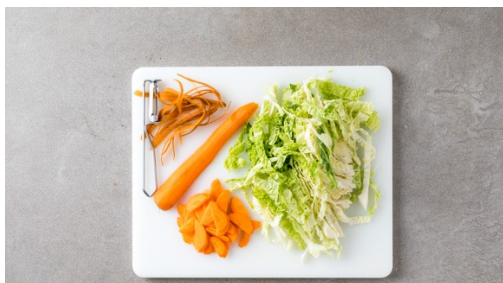
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 939kcal, vet 37.6g, koolhydraten 106.2g, eiwit 38.8g



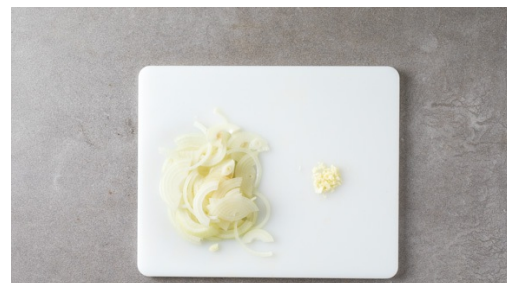
1. Groenten voorbereiden

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook voor de **pasta**. Neem de **savooikoolreepjes** uit de verpakking. Schil de **wortel**, snijd hem in de lengte doormidden en vervolgens in dunne plakjes.



4. Groenten stoven

Voeg dan de **koolreepjes** en **wortel** toe en bak de **groenten** 2-3min tot ze zacht zijn. Schenk 100-200ml water in de pan en verkruiemel het **bouillonblokje** erboven. Roer door tot een egale **bouillon** ontstaat, leg een deksel op de pan en stoof 5-6min totdat de **groenten** zacht en gaar zijn. Zet het vuur evt. iets lager.



2. Smaakmakers snijden

Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne, halve ringen. Pel en hak de **knoflook** grof.



5. Pasta koken

Schenk het gekookte water in een middelgrote kookpan, voeg 1tl zout toe en breng het water opnieuw aan de kook. Voeg de **orecchiette** toe en kook de **pasta** in 10-11min beetgaar. Giet af en zet de **pasta** warm opzij. Hak de **peterselie** grof.



3. Salsiccia en ui bakken

Snijd de **salsiccia** in dikke plakjes. Verhit 1el olijfolie in een grote kookpan op hoog vuur en bak de **salsiccia** in 2-3min stevig aan. Voeg dan de **knoflook** en **ui** toe en bak de **smaakmakers** 1-2min mee.



6. Pasta afmaken

Voeg **3/4e van de crème fraîche** en de **gekookte pasta** aan de pan met **groenten** toe en roer door tot een **romige saus** ontstaat (gebruik de **rest van de crème fraîche** in een ander recept). Proef en breng de **pasta** op smaak met peper en zout. Schep de **pasta** op en rasp de **kaas** er fijn over en bestrooi met de **peterselie**.