

DINNERLY



Lumaconi in romige kaassaus met spek met bosui en tomaat



ca. 30min



2 personen

Met dit heerlijke recept maak je echt het hele gezin blij: zachte pasta in een romige saus van cheddar en heerlijk pittig en goudbruin gebakken spek. Deze romige en zoute aroma's balanceren we uit door het te garneren met frisse tomaat en fijne bosui. That's it. Zo lekker kan eenvoudig zijn.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 250g lumaconi ¹
- 1 blik maïs
- 1x spekreepjes
- 1 bosui
- 1 tomaat
- 75g geraspte cheddar ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 250ml melk ⁷
- 2el boter ⁷
- 1el bloem ¹
- peper en zout

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- zeef
- garde

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 1037kcal, vet 41.3g, koolhydraten 124.4g, eiwit 37.9g



1. Pasta en maïs koken

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 11-13min beetgaar. Giet de **maïs** af in een zeef en kook de laatste 1-2min mee met de **pasta**. Giet beide af in een zeef en laat uitlekken.



2. Vlees bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 2el boter. Bak het **vlees** in 3-4min goudbruin.



3. Saus bereiden

Roer 1el bloem door het **vlees met bakvet** tot er een **pasta** ontstaat. Voeg al roerende beetje bij beetje 250 ml melk toe (zie stap 6). Laat de **saus** 3-4min indikken, neem van het vuur en breng op smaak met veel peper en ½tl zout.



4. Groenten snijden

Snij de **bosui** in dunne ringen. Halveer de **tomaat**, verwijder het kroontje en snij in blokjes.



5. Afmaken en serveren

Voeg de **pasta, maïs** en **kaas** toe aan de pan met **saus** en roer goed door, tot de **kaas** gesmolten en draderig is. Schep de **pasta** op borden en garneer met de **tomatenblokjes** en **ringetjes bosui**.



6. Saus masterclass

De saus wordt lekker romig als je de melk langzaam, beetje bij beetje toevoegt terwijl je goed blijft roeren. Een siliconen garde is hiervoor uitermate geschikt, wanneer je gebruik maakt van een gecoate pan. Zo bekras je de anti-aanbaklaag niet. Heb je geen siliconen garde? Geen probleem, bereid de saus in een steelpan zonder anti-aanbaklaag.