



V1: Penne met varkensgehakt en venkel

met cherrytomaten en kaas



ca. 25min



2 personen

Venkel en varkensvlees gaan perfect samen! Italiaanse fijnproevers weten dit al lang en verwerken venkelzaad in hun populaire "salsiccia" worst. Wij presenteren het gouden duo met verse cherrytomaten, basilicum en lekkere zoute kaas als pastagerecht. Eenvoudig en lekker, bravissimo!

Wat je van ons krijgt

- 200g biologische penne ¹
- 1 venkel
- 1 teen knoflook
- 250g varkensgehakt
- 1 zakje venkelzaad
- 1 blikje biologische tomatenpuree
- 10g verse basilicum
- 250g cherrytomaten
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie

Kookgerei

- 2 middelgrote kookpannen
- maatbeker
- dunschiller
- vergiet

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 783kcal, vet 25.8g, koolhydraten 90.4g, eiwit 43.3g



1. Venkel snijden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Snijd de **venkel** doormidden, verwijder de harde stronk en stelen en snijd de **venkel** in fijne reepjes. Pel en hak de **knoflook** fijn.



4. Pasta koken

Doe de **pasta** in het kokende water en kook in 8-10min beetgaar. Schep **100ml pastawater** uit de pan, giet de **pasta** af en laat uitlekken.



2. Gehakt bakken

Verhit een tweede middelgrote kookpan met 1el olijfolie op medium tot hoog vuur en roerbak het **gehakt** met **½-1tl venkelzaad** 3-4min, tot het **gehakt** mooi gebruind is.



5. Ingrediënten voorbereiden

Pluk ondertussen de **basilicumblaadjes** en hak ze grof. Hak de **steeltjes** fijn en roer ze door de **sous**. Halveer de **cherrytomaten**. Schaaf de **kaas** met een dunschiller of kaasschaaf in dunne plakjes.



3. Saus koken

Voeg de **venkel**, de **knoflook** en de **helft van de tomatenpuree** toe aan het **gehakt** en bak ca. 1min mee, tot de **tomatenpuree** iets aan de bodem begint te plakken. Blus af met 200ml water, ½tl zout en ½tl suiker en laat het geheel 9-10min op middelhoog vuur sudderen, tot de **venkel** gaar is en de **sous** ingedikt is. Voeg evt. meer water toe en breng op smaak met peper en zout.



6. Afmaken en serveren

Meng de **uitgelekte pasta**, de **100ml pastawater** en de **cherrytomaten** met de **sous** en warm ca. 1min op. Verdeel de **pasta met saus** over borden en top met de **basilicum** en de **kaas**.