



## Rundergehakt met pasta pesto

met frisse ricotta en courgette



ca. 20min



2 personen

Vandaag vind je typisch Italiaanse kleuren terug op je bord: rood in de snelle pesto van zongedroogde tomaatjes en Parmezaanse kaas, groen in de gebakken courgette en wit dankzij de romige ricottasaus. Deze Italiaanse tricolore zorgt er gezamenlijk voor dat je een heerlijk bordje eten voor je hebt dat rechtstreeks uit de Laars van Italië lijkt te zijn gekomen. Krokant gebakken gehakt erbij en you're ready to go!

## Wat je van ons krijgt

- 1 courgette
- 1 blokje Italiaanse harde kaas <sup>7</sup>
- 1 zakje gedroogde tomaten <sup>12</sup>
- 1 teen knoflook
- 250g torchiette <sup>1</sup>
- 1 rode paprika
- 1x rundergehakt
- 1 kuipje ricotta <sup>7</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

## Kookgerei

- waterkoker
- fijne keukenrasp
- middelgrote kookpan
- grote hapjespan of koekenpan
- staafmixer

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

### Allergenen

gluten (1), melk (7), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 848kcal, vet 38.5g, koolhydraten 78.8g, eiwit 43.0g



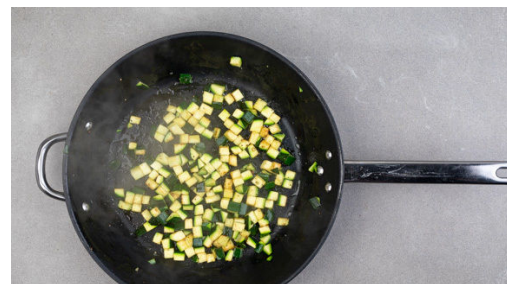
1. Rode pesto maken

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Snijd de **courgette** in blokjes. Rasp de **Italiaanse kaas** fijn. Hak de **gedroogde tomaatjes** grof. Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn. Doe de **gedroogde tomaten**, **helft van de knoflook**, de **helft van de kaas**, 1el olijfolie, 1-2el water, peper en een snuf zout in een hoge (maat)beker. Pureer glad met een staafmixer.



4. Paprika meebakken

Snijd de **paprika** in vieren, verwijder de steel en zaadlijsten en snijd de **paprika** in stukjes. Voeg de **paprika** toe en bak 3-4min mee tot de **paprika** zacht is.



2. Courgette bakken

Verhit 1el olijfolie in een hapjespan of grote koekenpan en bak de **courgetteblokjes** in 4-5min rondom goudbruin. Voeg de **rest van de knoflook** toe en bak 1min mee.



5. Gehakt meebakken

Voeg het **gehakt** met 1/4tl zout aan de groentepan toe en bak 4-5min mee tot het **vlees** rul is. Neem de pan van het vuur.



3. Pasta koken

Doe het gekookte water met 1tl zout in een middelgrote kookpan, breng het water opnieuw aan de kook en voeg dan **2/3e van de torchiette** toe. Gebruik meer **pasta** bij grotere trek. Kook de **pasta** in 6-7min beetgaar en vang bij het afgieten een **kop kookwater** op. Doe de **pasta** terug in de pan met een scheutje olie.



6. Gerecht afmaken

Voeg de **rode pesto**, de **helft van de ricotta** en de **gekookte pasta** aan de gehaktpan toe en roer door. Voeg dan beetje bij beetje **kookwater** toe, net zoveel tot de **sous** de gewenste dikte heeft. Breng evt. op smaak met peper en zout. Serveer de **pasta** bestrooid met de **rest van de geraspte kaas**.