



Penne bolognese van rundergehakt

en spinazie met geraspte Italiaanse kaas



20-30min



2 personen

De bekende bolognesesaus voor pasta is niet voor niets een klassieker: in al zijn eenvoud is deze uit Bologna afkomstige saus een echte traktatie. Maar wat als je deze saus nog lekkerder maakt door er spinazie aan toe te voegen? Deze groene blaadjes zorgen namelijk voor een nog diepere smaak. Op deze manier krijgen de kids meteen extra groenten binnen!

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 250g penne ¹
- 1x rundergehakt
- 1x wortelreepjes
- 1 blik tomatenblokjes
- 1 zakje worcestersaus ^{1,4}
- 1 blokje Italiaanse harde kaas ⁷
- 5g verse oregano
- 1x babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- suiker

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- fijne keukenrasp
- grote koekenpan

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). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 749kcal, vet 24.8g, koolhydraten 87.9g, eiwit 39.8g



1. Smaakmakers snijden

Breng ruim gezouten water in een middelgrote kookpan aan de kook. Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn.



2. Pasta koken

Voeg **2/3e van de penne** toe zodra het water kookt en kook de pasta in 9-11min beetgaar. Gebruik **meer pasta** bij grote trek. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op en doe de **pasta** terug in de pan met een beetje olijfolie.



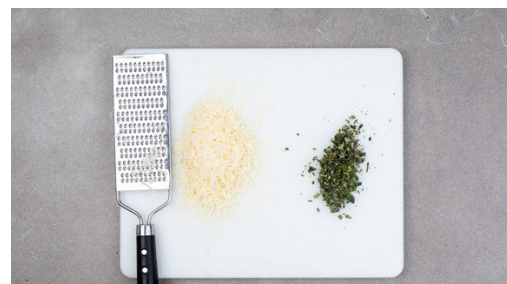
3. Gehakt bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg 1el olijfolie toe. Bak de **ui** met een snuf zout in 2min glazig. Voeg het **gehakt** toe en bak in 4-5min rul en bruin. Voeg de **knoflook** toe en bak 1min mee. Breng op smaak met peper en zout.



4. Bolognesesaus maken

Zet het vuur middellaag en roer de **wortelreepjes** door het **gehakt**. Voeg de **tomatenblokjes** toe en kook de **sous** ca. 5min op laag vuur. Voeg evt. **kookwater** toe als de **sous** te dik wordt. Breng de **bolognese** op smaak met **worcestersaus**, peper en evt. zout.



5. Toppings voorbereiden

Rasp de **kaas** fijn. Pluk de **oreganoblaadjes**, hak ze fijn en doe de steeltjes weg.



6. Bolognese afmaken

Roer de **oregano** met een snuf peper, suiker en zout door de **sous**. Voeg telkens handje voor handje de **babyspinazie** toe en bak al roerend tot de **blaadjes** zijn geslonken. Meng de **pasta** met de **bolognese**. Schep de **pasta bolognese** op en bestrooi met de **kaas**.