



Griekse pastitsio met varkensgehakt

en een frisse tomaten-komkommersalade



40-50min



2 personen

Van lasagne houden we allemaal, maar heb je weleens van pastitsio gehoord? Dit Griekse gerecht kun je zien als een variant op de Italiaanse klassieker: pasta gebakken in de oven met bechamelsaus, kaas en een tomatensaus met varkensgehakt. Als gezond bijgerecht, maak je een frisse salade van komkommer, tomaat en ui. "Καλή όρεξη", oftewel: eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 200g biologische penne ¹
- 250g varkensgehakt
- 1 zakje Griekse kruidenmix
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 200g tomatenpassata
- 1 blokje Italiaanse kaas ⁷
- 1 rode ui
- 1 grote komkommer
- 2 tomaten

Wat je thuis nodig hebt

- 200ml melk ⁷
- 2el boter ⁷
- 2el bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- middelgrote kookpan
- kleine kookpan
- middelgrote koekenpan met deksel
- maatbeker
- keukenrasp
- garde
- vergiet

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 1141kcal, vet 56.4g, koolhydraten 110.7g, eiwit 47.6g



1. Gehakt bakken

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Breng voldoende gezouten water aan de kook in een middelgrote kookpan voor de **pasta**. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Voeg het **gehakt**, de **kruidenmix** en **1/3 van het bouillonpoeder** toe en bak in 3-4min rul.



4. Bechamelsaus maken

Smelt 2el boter in een kleine kookpan op middelhoog vuur. Strooi 2el bloem eroverheen en verhit al roerende 1-2min. Doe 200ml melk, 180ml water en de **rest van het bouillonpoeder** in de pan en zet het vuur iets hoger. Kook de **bechamelsaus** onder regelmatig roeren 4-5min. Hij moet licht borrelen. Kijk of de **sous** vrij vloeibaar van een lepel loopt. Proef en kruid met peper en zout.



2. Saus maken

Voeg de **tomatenpassata** toe aan de koekenpan. Zet het vuur lager en leg een deksel op de pan. Laat de **gehaktsaus** 4-5min zachtjes koken op middelhoog vuur.



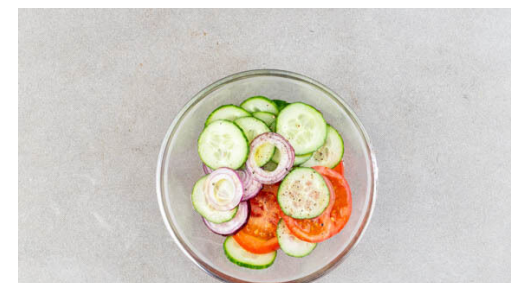
5. Pastitsio bakken

Meng de **uitgelekte pasta** met **2/3 van de bechamelsaus**. Rasp de **helft van de kaas** en roer door het **pastamengsel**. Doe alles in een middelgrote ovenschaal en strijk glad. Bedek met de **gehaktsaus** en top met de **rest van de bechamelsaus**. Rasp de **rest van de kaas** over de **pastitsio** en bak in 10-15min goudbruin in de oven.



3. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Laat uitlekken in een vergiet.



6. Salade maken

Pel de **ui** en snijd in dunne ringen. Snijd de **komkommer** en **tomaten** in dunne plakjes. Klop een **dressing** van 2el olijfolie, 1tl azijn, 1/2tl zout en een snuf peper en meng met de **groente**. Serveer de **salade** bij de **pastitsio**.