



Vlugge pasta met gehaktsaus

en Griekse kruiden met zwarte olijven



ca. 20min



2 personen

Heb je wel eens torchiette gegeten? Deze mooie, gedraaide pasta neemt met gemak alle smaken op en dankzij de unieke kronkelvorm kleeft de saus er perfect aan. Vertel het de Italianen niet, maar wij hebben aan dit pastarecept een Griekse kruidenmix, olijfsjes en feta toegevoegd. Een iets minder traditionele bolognese, maar minstens net zo lekker als het origineel.

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 1 prei
- 1 wortel
- 1 zakje zwarte olijven
- 1x feta ⁷
- 1 sachet Griekse kruidenmix
- 1 blik tomatenblokjes
- 1x rundergehakt
- 250g torchiette ¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- waterkoker
- keukenrasp
- 2 middelgrote kookpannen
- vergiet

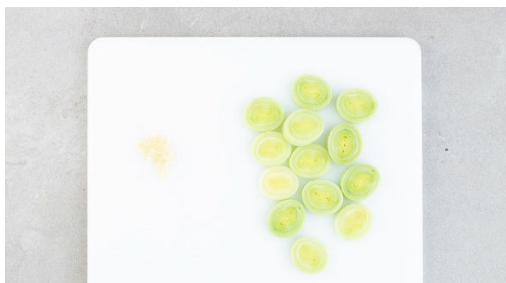
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 907kcal, vet 42.4g, koolhydraten 82.9g, eiwit 45.5g



1. Smaakmakers snijden

Pel en hak de **knoflook** fijn. Snijd de **prei** in dunne ringen.



2. Wortel snijden

Schil en rasp de **wortel** grof (of snijd hem in kleine blokjes). Halveer de **olijven**. Verkrummel de **feta**. Breng ruim water in een waterkoker aan de kook.



3. Smaakmakers bakken

Verhit 1-2el olijfolie in een middelgrote kookpan op middelhoog vuur. Bak de **prei** en **wortel** 2min. Voeg dan de **knoflook**, **olijven** en **Griekse kruidenmix** toe en bak 1min mee. Doe dan de **tomatenblokjes** erbij.



4. Gehakt toevoegen

Roer het **gehakt** erdoor en kook de **sous** 10-12min op matig-middellaag vuur totdat hij is ingedikt. Breng op smaak met peper en zout.



5. Pasta koken

Doe het zojuist gekookte water, 1/2tl zout en **2/3e van de torchiette** in een middelgrote kookpan. Breng opnieuw aan de kook en kook de **pasta** in 6-7min beetgaar (gebruik meer **pasta** bij grote trek). Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op.



6. Pasta mengen

Voeg de **pasta** aan de sauspan toe en roer door. Voeg evt. een scheutje **kookwater** toe als de **sous** te stevig is en breng nogmaals op smaak met peper, zout en evt. meer **Griekse kruiden**. Serveer de **pasta** bestrooid met de **feta**.