

DINNERLY



Tagliatelle met varkenslapjes en broccoli met bechamelsaus



ca. 25min



2 personen

Pasta is altijd een goed idee, het staat snel op tafel en is zo lekker en divers – je kan er alle kanten mee op. Vandaag serveer je een heerlijke variant met geurige broccoli en fruitige tomaten in een romige bechamelsaus – en vergeet de heerlijke varkenslapjes niet.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1x broccoli
- 1 tomaat
- 1 ui
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 250g tagliatelle¹
- 2 varkenslapjes

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 150ml melk⁷
- 1.5el bloem¹
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan met deksel
- grote kookpan
- maatbeker
- zeef

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 947kcal, vet 30.5g, koolhydraten 115.7g, eiwit 51.5g



1. Bereid groenten

Breng 900ml lichtgezoeten water aan de kook in een middelgrote kookpan met deksel. Snijd de **broccoli** in kleine roosjes. Halveer de **tomaat**, verwijder de harde kern en snijd ze in dunne plakjes. Pel de **ui** en hak deze fijn. Pel 2 tenen knoflook en hak ze fijn.



2. Bechamelsaus starten

Verwarm 1-2el olijfolie in een tweede grote kookpan op middelhoog vuur en fruit de **ui** ca. 2min. Voeg de knoflook, 1.5el bloem, 150ml melk, 250ml water en **3/4e van het bouillonpoeder** toe. Goed doorroeren en ca. 2min laten koken. Voeg de **broccoli** toe, doe het deksel op de pan en laat ca. 5min sudderen tot de **broccoli** gaar maar nog steeds knapperig is.



3. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan en hou dit apart. Giet dan de **pasta** af. Doe terug in de pan, roer er 1el olijfolie doorheen en leg het deksel erop om warm te houden.



4. Bechamelsaus afmaken

Meng de **tomaat** voorzichtig door de broccolisaus en breng op smaak met zout en peper. Haal de pan van het vuur, voeg de **pasta** toe aan de **sous**. Goed doorroeren en dan afdekken. Was de pastapan niet af - deze gebruiken we in de volgende stap weer.



5. Vlees braden

Verwarm 1el olijfolie in de pastapan. Kruid het **vlees** met een snufje zout en peper aan weerszijden. Bak het **vlees** op middelhoog vuur ca. 3min per zijde. Laat daarna 1min rusten. Schep het **broccoli-pastamengsel** op borden en leg er een **varkenslapje** op.



6. Say cheese!

Wil je dit comfort food-recept nóg decadenter maken? Roer dan wat mozzarella of parmezaan door de saus voor je de broccoli erbij doet. Mmm-mmh!