



Biefstuk met volkorenfusili

en tomatensaus met aubergine



ca. 25min



2 personen

Tegen een mooi stuk kogelbiefstuk zeggen we nooit nee. Zeker niet als je er ook een goed bord pasta met zelfgemaakte saus bij krijgt. Je bakt de aubergine eerst stevig aan voor een extra diepe smaak. Daarna zorgen verse tomaten, tomatenpuree en knoflook voor de rest. En je maakt de saus extra smeuïg door er op het laatst wat kookwater van de pasta door te roeren.

Wat je van ons krijgt

- 250g volkorenfusilli ¹
- 1 aubergine
- 2 tenen knoflook
- 3 tomaten
- 1 zakje Italiaanse kruidenmix
- 1 zakje kaneel
- 1 blikje tomatenpuree
- 1x bavette
- 2 blokjes harde kaas ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- zeef of vergiet

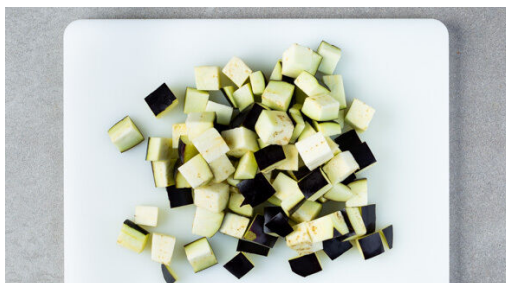
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 926kcal, vet 31.1g, koolhydraten 107.9g, eiwit 52.0g



1. Aubergine snijden

Haal het **vlees** uit de koelkast. Breng genoeg gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Snijd de **aubergine** in blokjes.



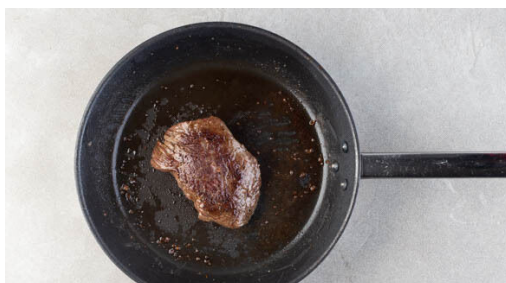
2. Aubergine bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Voeg de **aubergineblokjes** en 1/2tl zout toe en bak ze in ca. 5min stevig aan.



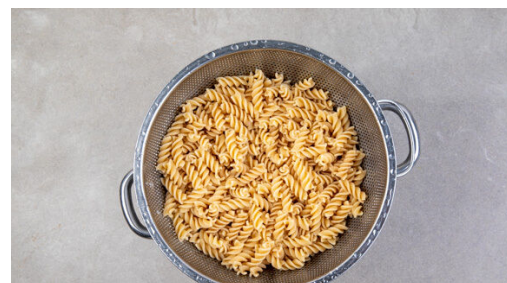
3. Saus maken

Pel en hak de **knoflook** fijn. Snijd de **tomaten** elk in 8 partjes. Voeg de **knoflook** toe aan de koekenpan, met **1/2tl Italiaanse kruiden**, **1/2tl kaneel**, 1tl suiker en nog 1el olijfolie. Schep de **helft van de tomatenpuree**, de **tomaten** en 1tl azijn erdoor en draai het vuur middelhoog. Laat de **groentesaus** ca. 10min pruttelen.



4. Vlees braden

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en wrijf in met peper en zout. Verhit een 2e middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Braad het **vlees** 2-4min op de vetkant, draai om en braad nog 2-4min, afhankelijk van de dikte. Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat het **vlees** nog 1min (voor medium) tot 3min (voor well-done) garen. Laat het afgedekt rusten op een bord.



5. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe zodra het water kookt en kook in 7-9min beetgaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan, giet de **pasta** af en laat uitlekken.



6. Vlees snijden

Rasp de **kaas** fijn en snijd het **vlees** in plakken. Schep de **pasta** door de **groentesaus** en voeg wat **kookwater** toe om de **saus** te binden. Verdeel de **pasta** over de borden en serveer het **vlees** er bovenop. Bestrooi met de **kaas**.