DINNERLY

Parelcouscous met geroosterde pastinaak

met prei, kaas en olijven

ca. 45min 2 personen

Tussen de parelcouscous en geroosterde pastinaak in dit gerecht vind je niet alleen prei, olijven en geraspte kaas, maar ook een paar fijne aromatische kruiden. De verstopte rozemarijn, oregano en peterselie zorgen ervoor dat je vandaag een echte smaakbom op tafel zet.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 blokje harde kaas [3,7]
- 20g verse kruidenmix: oregano, platte peterselie en rozemarijn
- 2 pastinaken
- 1 prei
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 200g parelcouscous [1]
- 1 zakje zwarte olijven

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 1el bloem [1]
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan met deksel
- maatbeker
- keukenrasp

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

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 703kcal, vet 23.6g, koolhydraten 102.0g, eiwit 19.1g

1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Rasp de **kaas** fijn. Rits de **rozemarijnnaalden** van de steeltjes en hak fijn.

2. Pastinaak roosteren

Schrob of schil de **pastinaken**, snij ze in de lengte in vieren en dan overdwars doormidden. Meng ze op een bakplaat met bakpapier met de **helft van de kaas**, de **rozemarijn**, 1el bloem, 1el olijfolie en een snuf peper en zout. Bak de **pastinaak** 15-25min in de voorverwarmde oven, tot ie goudbruin en zacht is.

3. Prei bakken

Was de **prei** grondig en snij 'm in dunne plakken. Snij de **oregano met steeltjes** fijn. Pel 2 tenen knoflook en snij of pers heel fijn. Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie op medium tot hoog vuur. Bak de **prei**, **oregano** en knoflook 2-4min. Kruid met peper en zout.

4. Parelcouscous garen

Schenk 400ml water met de **helft van het bouillonpoeder** in de pan met **prei** en breng aan de kook. Roer de **parelcouscous** door de kokende **bouillon**, leg een deksel op de pan en laat 8-10min zachtjes koken, tot de **parelcouscous** gaar is en het water opgezogen heeft.

5. Afmaken en serveren

Snij de **peterselie met zachte steeltjes** en de **olijven** grof. Meng de **peterselie**, de **olijven** en de **rest van de kaas** door de **parelcouscous**. Breng op smaak met 1tl witte azijn en peper en zout. Schep de **parelcouscous** op borden en serveer de **pastinaak** erop.

6. Romig of krokant?

Mag er wat jou betreft nog wel wat extra kaas bij? Dan kun je voor het serveren wat feta over de borden kruimelen. Liever crunch dan kaas? Voeg dan wat amandelschaafsel toe. Rooster het eerst in een droge pan voor extra smaak.