

DINNERLY



V2: Vega-gehaktballen in sugo all'arrabbiata

met tagliatelle en wortelsalade



ca. 30min



2 personen

Sugo all'arrabbiata betekent "boze saus" in het Italiaans, een naam die verwijst naar de pittigheid van de chilipepers die in de saus zitten. Maar van dit gerecht worden wij helemaal niet boos! Een bord vol roodgekleurde tagliatelle met heerlijke vegetarische gehaktballetjes en een frisse wortelsalade ernaast kan ons alleen maar heel gelukkig maken. En dat delen we graag met jou. Geniet ervan!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g tagliatelle¹
- 1 rode ui
- 200g vegan gehakt⁶
- 1 Thaise rode chilipeper
- 1 blik tomatenblokjes
- 1 wortel
- 1 blokje harde kaas^{3,7}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- zeef
- staafmixer

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

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), soja (6), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 960kcal, vet 44.3g, koolhydraten 103.2g, eiwit 31.8g



1. Pasta koken

Breng ruim gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Voeg de **pasta** toe en kook in ca. 7min beetgaar. Schep **300ml kookwater** uit de pan en zet opzij. Giet de **pasta** dan af en laat uitlekken. De pan gebruiken we zo weer.



2. Gehaktballen bakken

Pel de **ui** en 2 tenen knoflook en snipper fijn. Meng het **vegan gehakt** met de **helft van de ui**, de helft van de knoflook, 1el olijfolie en een flinke snuf peper en zout. Rol er **6-8 ballen** ter grootte van walnoten van. Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie en bak de **gehaktballen** op medium tot hoog vuur rondom goudbruin. Zet ze afgedekt opzij.



3. Saus maken

Halveer de **chilipeper** in de lengte en verwijder de zaadlijsten. Verhit de kookpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur. Bak de **chili**, de **rest van de ui** en de rest van de knoflook 1-2min. Voeg de **tomaten** en **150ml kookwater** toe en laat op laag vuur 8-10min sudderen. Haal de **chili** eruit en pureer de **rest** tot een gladde saus.



4. Wortelsalade maken

Schrob of schil de **wortel** en rasp grof. Maak een **dressing** van 1el olijfolie, 1el azijn, 1tl suiker of honing en een flinke snuf peper en zout. Roer de **dressing** door de **wortel**. Rasp de **kaas** fijn en hak de **gebakken chili** fijn.



5. Afmaken en serveren

Proef de **saus** en breng op smaak met peper en zout en een snuf suiker. Voeg naar smaak de **gehakte chili** of meer **kookwater** toe. Voeg de **gehaktballen** en **pasta** toe aan de saus en verwarm 2-3min op laag vuur. Serveer de **pasta** met de **gehaktballen** en **kaas** en serveer de **wortelsalade** ernaast.



6. Nóg Italiaanser

Deze tip is misschien niet erg verrassend, maar daarom niet minder lekker: als je een basilicumplant hebt staan, voeg dan nog een extra Italiaans tintje toe en strooi wat blaadjes over je bord.