

# DINNERLY



## <650kcal Ricotta-spinazie tortelli met venkel

met gekaramelliseerde sjalot



ca. 30min



2 personen

Wij zijn gek op gevulde pasta! De tortelli waar we vandaag voor gaan is snel klaar te maken, ontzettend lekker en ziet er prachtig uit – wat wil je nog meer? Ze zijn gevuld met de klassieke combinatie van spinazie en ricotta en we serveren ze in een saus met venkel, gekaramelliseerde sjalot en misopasta. Heerlijk en eenvoudig en ook nog eens helemaal vegetarisch!

## WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 250g tortelli met ricotta & spinazie <sup>1,3,7</sup>
- 1 sjalotje
- 1 venkel
- 2 tomaten
- 25g misopasta <sup>1,6</sup>
- 1 blikje biologische tomatenpuree

## WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- suiker
- olijfolie

## KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- vergiet

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 559kcal, vet 21.1g, koolhydraten 71.1g, eiwit 19.6g



### 1. Sjalot bakken

Breng ruim gezouten water voor de **pasta** aan de kook in een middelgrote kookpan. Pel en halveer de **sjalot** en snij in dunne reepjes. Pel 1 teen knoflook en snij in dunne plakjes. Verhit een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 2el olijfolie. Roerbak de **sjalot** en knoflook in 6-8min goudbruin. Kruid met peper en zout.



### 2. Pasta koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 4-5min beetgaar. Schep **250ml kookwater** uit de pan en hou dit apart. Laat de **pasta** dan uitlekken in een vergiet. Verwijder de harde onderkant van de **venkel**. Als er **venkelgroen** aan de knol zit kun je dit bewaren voor het garneren. Snij de **venkel** in dunne repen.



### 3. Groente bakken

Voeg de **venkel** toe aan de pan met **sjalot** en bak in 5-7min zacht. Voeg evt. 2tl olijfolie toe als de **groente** lijken aan te bakken. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snij in grove stukken. Voeg toe aan de pan en bak ca. 2min mee.



### 4. Saus opzetten

Roer de **misopasta** en **tomatenpuree** door de **groente** en kruid met peper. Zet het vuur lager en bak 2-4min, tot de **tomatenpuree** donkerder wordt (zie ook **stap 6**). Blus met **200ml kookwater** en meng tot er een **saus** ontstaat. Kruid met ½tl suiker.



### 5. Afmaken en serveren

Voeg de **pasta** toe aan de pan met **saus**. Voeg evt. 2-3 eetlepels **kookwater** toe om de consistentie aan te passen. Verhoog het vuur en laat de **saus** kort koken. Breng dan op smaak met peper, zout en suiker. Schep de **tortelli** met **saus** op borden. Garneer evt. met het **venkelgroen** en bedruip met wat olijfolie.



### 6. De kleur van de liefde

Geef de tomatenpuree in stap 4 genoeg tijd om mooi donkerrood te worden. Het is niet erg als het een beetje aan de bodem van de pan blijft plakken, dat komt weer los als je het kookwater toevoegt. Door het bakken van de tomatenpuree komen de natuurlijke suikers van de tomaat beter naar voren waardoor je saus meer smaak krijgt.