

DINNERLY



Pastaschotel met spinazie en feta met frisse tomatensalade



ca. 50min



2 personen

Houd een diner(tje) met onze XXL-recepten! Of je nu een gezellige avond met vrienden organiseert of graag wat overhoudt voor de lunch morgen – dankzij de dubbele porties plan je je maaltijden zoals ze voor jou het beste uitkomen. Eén keer koken, twee keer genieten: eenvoudig, praktisch, heerlijk. (Met dit recept maak je 4 of 8 porties, afhankelijk van welke box je hebt).

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 400g biologische conchiglie ¹
- 1 ui
- 2 zakjes Griekse kruidenmix
- 200ml kookroom ²
- 200g babyspinazie
- 100g feta ²
- 4 tomaten

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 125ml melk ²
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven met ovenschaal
- grote kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- vergiet

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

KOOKTIP

Met dit recept maak je 4 porties.

ALLERGENEN

Gluten (1), Melk (2). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 684kcal, vet 28.3g, koolhydraten 85.3g, eiwit 20.8g



1. Pasta koken

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Breng in een grote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **pasta**. Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 9-11min beetgaar. Schep **100ml kookwater** uit de pan en hou dit apart. Laat de **pasta** dan uitlekken in een vergiet.



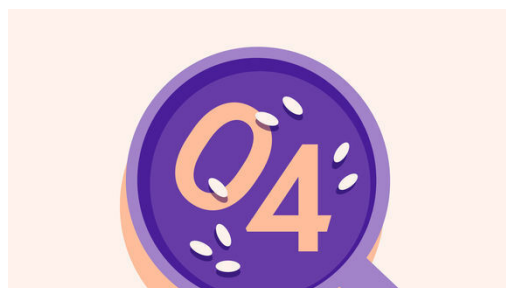
2. Ui bakken

Pel de **ui** en 2 tenen knoflook en snij fijn. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **ui** 3-4min, voeg de knoflook en **kruidenmix** toe en bak ca. 30sec mee.



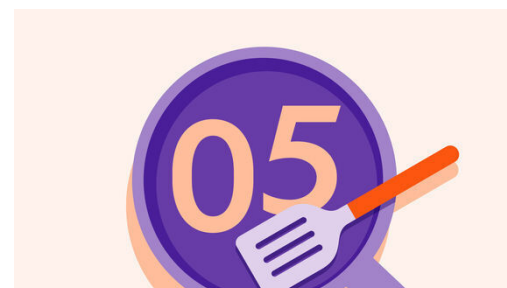
3. Saus koken

Voeg de **room** en 125ml melk toe aan de pan. Breng de **saus** zachtjes aan de kook en laat 2-3min doorkoken. Snij **3/4 van de spinazie** grof, voeg toe aan de **saus** en laat in 1-2min inslinken.



4. Ovenschotel bakken

Voeg de **pasta** toe aan de **saus** en roer er **60ml kookwater** door, of wat meer als het mengsel te dik lijkt. Kruid **pasta** met een snuf peper en zout en verdeel het geheel over een met 2tl olijfolie ingevette ovenschaal. Verkruiemel de **feta** erover en bak de **schotel** in ca. 5-7min goudbruin in de oven.



5. Salade bereiden

Meng 2tl olijfolie, 1tl azijn en een snuf peper en zout tot een **dressing**. Snij de **tomaten** doormidden, verwijder de harde kern en snij het **vruchtvlees** in dunne plakken. Meng de **overgebleven spinazie** en de **tomaten** met de dressing en serveer de **tomatensalade** bij de **ovenschotel**.



6. Verkorte procedure

Een ovenschotel is natuurlijk heerlijk. Maar wil je de oven een keer overslaan dan kan je deze pasta ook direct uit de pan serveren: malse pasta in een romige spinazie-crèmesaus, gegarneerd met verkruiemelde feta, klaar. Aan tafel!