



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 18
2015

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

Pastasalade met rode paprikapesto en pecannoten

Met een bijzondere pesto op basis van paprika's

Dit gemakkelijk gerecht breng je op smaak met rode paprikapesto, frisse citroen en verse tijm. De lenteui geeft dit gerecht wat extra pit. De paprikapesto is speciaal voor HelloFresh gemaakt en is gebaseerd op Pesto alla Calabrese uit Zuid-Italië. De pesto is gemaakt van gegrilde rode paprika's.



25-30 min



supersimpel



Courgette



Lenteui



Citroen



Tijm



Farfalle



Mesclun




Rode paprikapesto



Pecannoten

Ingrediënten

	P	6P
Courgette	1	2
Lenteui 	2	3
Citroen	½	1
Tijm (takjes) 	5	8
Farfalle (g) 1)	180	360
Mesclun (g)	60	125
Rode paprikapesto (g) 3) 7) 8)	120	240
Pecannoten (g) 8) 15)	20	40
Olijfolie (el)*	1	2
Zwarte balsamicoazijn (tl)*	2	4
Peper & zout*	Naar smaak	

 Dit gebruik je ook in een ander recept
* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten **3)** Eieren
7) Melk/lactose **8)** Noten
15) Kan sporen bevatten van pinda's

Benodigdheden

Pan met deksel, koekenpan of hapjespan, saladekom

Voedingswaarden 677 kcal calorieën | 19 g eiwit | 76 g koolhydraten | 32 g vet, waarvan 5 g verzadigd | 7 g vezels



1 Kook 500 ml water per persoon in een pan met deksel voor de pasta. Snijd de courgette in dunne halve plakken. Snijd de lenteui in fijne ringen. Rasp de schil van de citroen en pers het sap uit. Ris de tijmblaadjes van de takjes.



2 Kook de farfalle, afgedekt, 9 minuten in de pan met deksel. Giet daarna af en spoel af onder koud water.

3 Verhit ondertussen de olijfolie in een koekenpan of hapjespan op middelhoog vuur en bak de courgette met de tijm en een ½ tl citroenrasp per persoon 5 minuten. Voeg halverwege het grootste deel van de lenteui toe, besprenkel met een ½ el citroensap per persoon en breng goed op smaak met peper en zout.

4 Meng in een saladekom de mesclun met de courgette, farfalle, rode paprikapesto, zwarte balsamicoazijn en overige lenteui.



5 Verdeel de pastasalade over de borden. Hak de pecannoten fijn en garneer hiermee de maaltijd. Besprenkel de pastasalade naar smaak met extra vierge olijfolie en citroensap.



Tip! Ben je geen liefhebber van rauwe lenteui? Bak dan alle lenteui mee met de courgette.