



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 39
2015

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

KOOK MEE

JE KUNT HELPEN DE PASTA
TE BELEGGEN MET TOMAAT
EN BUFFELMOZZARELLA!

OVENPASTA MET SPINAZIE EN GESMOLTEN MOZZARELLA



35-40 min



gemakkelijk



Penne intergrale



Knoflookteen



Prei



Pruimtomaat



Buffelmozzarella



Verse oregano



Spinazie



Crème fraîche

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Penne integrale (g) 1)	90	180	270	360	450	540
Knoflookteen	1	2	3	4	5	6
Prei	½	1	1 ½	2	2 ½	3
Pruimtomaat	1	2	3	4	5	6
Buffelmozzarella (g) 7)	75	125	200	250	325	375
Verse oregano (takjes)	2	3	4	5	6	7
Spinazie 9) 15)	150	300	450	600	750	900
Crème fraîche (el) 7)	2	4	6	8	10	12
Olijfolie (el)*	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*				Naar smaak		

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten 7) Melk/lactose
9) Selderij 15) Kan sporen bevatten van selderij

Benodigheden

Pan met deksel, wok of hapjespan, staafmixer, ovenschaal

Voedingswaarden 861 kcal | 31 g eiwit | 72 g koolhydraten | 47 g vet, waarvan 24 g verzadigd | 15 g vezels



1 Verwarm de oven voor op 200 graden.

2 Kook 400 ml water per persoon in een pan met deksel. Kook de penne met een beetje zout, afgedekt, 9 – 10 minuten en giet daarna af.

3 Snijd of pers ondertussen de knoflook fijn. Snijd de prei in fijne ringen. Snijd de tomaat en buffelmozzarella in dunne plakken. Ris de oreganoblaadjes van de takjes en snijd fijn.



4 Verhit de helft van de olijfolie in een wok of hapjespan en fruit de knoflook 1 minuut op laag vuur. Voeg de prei toe, draai het vuur hoger, en bak 4 minuten mee. Voeg de spinazie, eventueel in delen, toe en laat al roerende slinken. Voeg de oregano en de crème fraîche toe.

5 Haal de pan van het vuur en pureer de groenten met een staafmixer tot een grove saus. Voeg vervolgens de penne toe aan de saus en breng op smaak met peper en zout.



6 Vet een ovenschaal in met de overige olijfolie. Verdeel de pasta over de ovenschaal. Leg hierop een laag tomaten. Verdeel de buffelmozzarella over de tomaten.

7 Bak de pastaschotel 15 minuten in de oven.

8 Verdeel de pasta over de borden.



MEEHELP-TIP! Dat is makkelijk! Je kunt de pasta al eerder klaar maken en vlak voor het eten alleen nog even in de oven doen!

TIP! Heb je geen staafmixer in huis? Laat het pureren van de saus dan achterwege. Ook lekker!