



WIJNBOX

Sedosa tinto

Bij dit Mediterraanse pastagerecht past een wijn waarin je de zon terugproeft. Tempranillo uit het midden van Spanje!



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 42
2016



Een culinaire vraag tijdens het koken?

Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232.



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

Spaghetti met serranoham en courgettelinten

Een Italiaanse pasta met Spaanse ham

Waan je voor heel even aan de Spaanse costa tijdens het voorbereiden van dit recept. De zilte Spaanse ham met zoete tomaatjes en de verse oregano met de serranoham zorgen voor een heerlijke combinatie. De mini-trostomaat wordt vanwege zijn ovale vorm ook wel pruimtomaat genoemd.

bewaar in de koelkast



30-35 min



gemakkelijk



5 eet binnen 5 dagen



kindvriendelijk



Oregano



Serranoham



Oude kaas



Mini-trostomaten



Spaghetti integrale



Sjalot



Courgette

Ingrediënten

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Mini-trostomaten (g)	125	250	375	500	625	750
Spaghetti integrale (g) 1)	90	180	270	360	450	540
Sjalot	1	2	2	3	3	4
Courgette	¼	½	¾	1	1¼	1½
Oregano (takjes) 23)	1	2	3	4	5	6
Serranoham (g)	40	80	120	160	200	240
Oude kaas (g) 7)	25	50	75	100	125	150
Zwarte balsamicoazijn (tl)*	1	2	2	3	3	3
Olijfolie (el)*	1	2	3	4	5	6
Extra vierge olijfolie (el)*	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*				Naar smaak		

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten **7)** Melk/lactose
23) Kan sporen bevatten van selderij

Benodigdheden

Pan met deksel, ovenschaal met bakpapier, dunschiller of kaasschaaf, wok of hapjespan

Voedingswaarden 729 kcal | 31 g eiwit | 73 g koolhydraten | 32 g vet, waarvan 10 g verzadigd | 10 g vezels



1 Verwarm de oven voor op 200 graden. Kook 500 ml water per persoon voor de spaghetti in een pan met deksel.



2 Leg de mini-trostomaten, aan de tros, in een ovenschaal met bakpapier en besprenkel met de zwarte balsamicoazijn en de helft van de olijfolie. Bestrooi met peper en zout en bak de trostomaten 15 minuten in de oven.

3 Kook ondertussen de spaghetti, afgedekt, 9 - 10 minuten in de pan met deksel en giet daarna af.

4 Snipper ondertussen de sjalot. Schaaf de courgette met een dunschiller of kaasschaaf in dunne, lange linten. Ris de oreganoblaadjes van de takjes en hak fijn. Snijd of scheur ondertussen de serranoham in stukjes.



5 Verhit de overige olijfolie in een wok of hapjespan en fruit de sjalot 2 minuten op middelmatig vuur. Voeg de courgette en oregano toe en bak 6 minuten op middelhoog vuur.

6 Voeg de spaghetti en de helft van de oude kaas toe aan de wok of hapjespan. Verhit 1 minuut op hoog vuur en breng op smaak met peper en zout.

7 Haal de pan van het vuur en voeg de helft van de extra vierge olijfolie en het grootste deel van de serranoham toe.



8 Verdeel het gerecht over de borden. Garneer met de overige serranoham en oude kaas. Besprenkel naar smaak met de overige extra vierge olijfolie en serveer met de mini-trostomaten.

Tip! Ben je een liefhebber van knoflook? Snijd of pers dan 1 teen per persoon fijn en fruit mee met de sjalot.