



Conchiglie met rode pesto en feta

Met rode paprika, veldsla en basilicum



SYNERA TINTO

Deze wijn uit Catalonië is gemaakt van tempranillo en cabernet sauvignon. Het is een volle, soepele wijn met aroma's van rijp rood en donker fruit, een subtiele rokerigheid en wat vanille door de korte rijping op eikenhout.



Sjalot



Rode paprika *



Tomaat *



Conchiglie



Feta *



Verse basilicum *



Rode pesto *



Veldsla *

Totaal: 20 min.

Quick & Easy

Supersimpel

Veggie

Eet binnen 5 dagen

Minder bekend dan de groene variant, maar minstens zo lekker: rode pesto. Als je weinig tijd hebt, is pesto door zijn sterke smaak een goede basis voor je gerecht. Je hebt dan maar weinig andere ingrediënten nodig om een lekkere saus te maken. Rode pesto wordt gemaakt van zongedroogde tomaten en geeft deze pasta een intense, mediterrane smaak. De hartige feta maakt het helemaal af.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, wok of hapjespan en saladekom.

Laten we beginnen met het koken van de **conchiglie met rode pesto en feta**.



1 SNIJDEN EN KOKEN

- Kook ruim water in een pan met deksel voor de conchiglie.
- Snipper de **sjalot** en snijd de **rode paprika** en **tomaat** in blokjes.
- Kook de **conchiglie**, afgedekt, 8 – 10 minuten in de pan met deksel. Giet daarna af en laat zonder deksel uitstomen.



3 PASTA EN SALADE MENGEN

- Voeg de **conchiglie** en de **rode pesto** toe aan de wok of hapjespan en verhit 1 minuut.
- Maak in een saladekom een dressing van de zwarte balsamicoazijn en de extra vierge olijfolie. Breng op smaak met peper en zout. Meng de **veldsla** door de dressing.



2 GROENTEN BAKKEN

- Verhit ondertussen de olijfolie in een wok of hapjespan en fruit de **sjalot** 2 minuten op middellaag vuur.
- Voeg de **paprika** en **tomaat** toe en roerbak 5 – 6 minuten. Breng op smaak met peper en zout.
- Snijd ondertussen de **feta** in blokjes van ½ cm en scheur de blaadjes **basilicum** klein.



4 SERVEREN

- Verdeel de **veldsla** en de **conchiglie** over de borden. Garneer het gerecht met de **feta** en de **basilicum**.

1-6 PERSONEN INGREDIËNTEN

| | 1P | 2P | 3P | 4P | 5P | 6P |
|----------------------------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Sjalot (st) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Rode paprika (st) * | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Tomaat (st) * | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Conchiglie (g) 1) 17) 20) | 90 | 180 | 270 | 360 | 450 | 540 |
| Feta (g) 7) * | 50 | 100 | 150 | 200 | 250 | 300 |
| Verse basilicum (blaadjes) 23) * | 3 | 6 | 9 | 12 | 15 | 18 |
| Rode pesto (g) 7) 8) * | 40 | 80 | 120 | 160 | 200 | 240 |
| Veldsla (g) 23) * | 40 | 60 | 80 | 100 | 120 | 140 |
| Olijfolie* (el) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Zwarte balsamicoazijn* (el) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Extra vierge olijfolie* (el) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Peper & zout* | naar smaak | | | | | |

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN

| | PER PORTIE | PER 100 G |
|-----------------------|------------|-----------|
| Energie (kJ/kcal) | 3410 / 815 | 551 / 132 |
| Vetten (g) | 44 | 7 |
| Waarvan verzadigd (g) | 11,0 | 1,8 |
| Koolhydraten (g) | 79 | 13 |
| Waarvan suikers (g) | 15,9 | 2,6 |
| Vezels (g) | 9 | 1 |
| Eiwit (g) | 21 | 3 |
| Zout (g) | 0,7 | 0,1 |

ALLERGENEN

1) Gluten 7) Melk/lactose 8) Noten

Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 20) Soja 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

#HelloFresh

Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl
www.hellofresh.be

WEEK 06 | 2018

HelloFRESH