



Spaghetti met warmgerookte zalm en prei-roomsaus met tomaat uit de oven en verse bieslook

45 min. • Eet binnen 3 dagen



Prei



Ui



Spaghetti



Tomaat



Kruidentroomkaas



Warmgerookte zalmsnippers



Verse bieslook

Voorraadkast items

Visbouillon, roomboter, zwarte balsamicoazijn, peper en zout

Begin goed

Vergeet niet om verse groenten en fruit te wassen en af te wegen voor je begint met koken.

Benodigheden

Ovenschaal, hapjespan met deksel, pan met deksel

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Verse bieslook* (g)	2½	5	7½	10	12½	15
Prei* (st)	½	1	1½	2	2½	3
Ui (st)	1	2	3	4	5	6
Spaghetti (g) 1) 17) 20)	90	180	270	360	450	540
Tomaat (st)	1	2	3	4	5	6
Kruidenroomkaas* (g) 7)	40	80	120	160	200	240
Warmgerookte zalmsnippers* (g) 4)	80	160	240	320	400	480
Zelf toevoegen						
Visbouillon (ml)	200	400	600	800	1000	1200
Roomboter (el)	1	2	3	4	5	6
Zwarte balsamicoazijn (tl)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3504/838	475/114
Vetten (g)	39	5
Waarvan verzadigd (g)	19,2	2,6
Koolhydraten (g)	81	11
Waarvan suikers (g)	16,7	2,3
Vezels (g)	10	1
Eiwit (g)	34	5
Zout (g)	3,7	0,5

Allergenen:

1) Glutenbevattende granen 4) Vis 7) Melk/Lactose

Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 20) Soja



1. Snijden en koken

Verwarm de oven voor op 200 graden. Breng ruim water aan de kook in een pan met deksel voor de spaghetti. Snijd de **bieslook** fijn, de **prei** in ringen en de **ui** in halve ringen. Bereid de bouillon. Kook de **spaghetti**, afgedekt, 10 – 12 minuten in de pan met deksel. Giet daarna af.



2. Koken en bakken

Verhit ondertussen 1 el roomboter per persoon in een hapjespan met deksel op middelhoog vuur. Bak de **prei** en **ui** 6 – 8 minuten. Voeg dan 200 ml visbouillon per persoon toe, zet het vuur laag en laat de prei en ui, afgedekt, 10 minuten zachtjes stoven. Haal daarna het deksel van de pan en laat nog 5 – 7 minuten zachtjes stoven.



3. Tomaat snijden en roosteren

Snij ondertussen de **tomaat** in tweeën en leg de twee helften met de gesneden kant naar boven op een bakplaat met bakpapier. Breng op smaak met peper en zout en bak de **tomaat** 12 – 16 minuten in de oven. Haal uit de oven en besprenkel meteen met 1 tl zwarte balsamicoazijn per persoon.



4. Saus maken

Voeg de **kruidenroomkaas** toe aan de **prei** en **ui**, roer goed door de groenten en laat nog 5 minuten zachtjes doorstoven.



5. Mengen

Roer de **spaghetti** en de **zalmsnippers** door de **prei-roomsaus**, meng goed en verhit nog 1 – 2 minuten.



6. Serveren

Verdeel de **spaghetti** over de borden. Leg de **tomaat** ernaast en garneer met de **bieslook**.

Eet smakelijk!

Contact

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Neem gerust contact op via de website of via onze social-mediakanalen.