



# Verse tagliatelle met pesto en courgettelinten

Met rucola en cherrytomaten



Courgette \*



Rode cherrytomaten \*



Groene pesto \*



Verse tagliatelle \*



Rucola \*



Provolonevlokken \*

Totaal: **20** min.

Quick & Easy

Supersimpel

Veggie

Eet binnen **5** dagen

De Italianen staan bekend om hun eenvoudige, maar smaakvolle pasta's. Met deze verse pasta zit jij vandaag ook snel aan tafel. Ga jij voor echt Italiaans genieten? Dek de tafel dan op z'n Italiaans: leg alleen een vork neer als bestek. Draai de tagliatelle rond je vork tegen de rand van het bord. Buon appetito!

# BEGIN — GOED

**BENODIGDHEDEN:** Koekenpan, dunschiller of kaasschaaf en pan met deksel.  
Laten we beginnen met het koken van de **verse tagliatelle met pesto en courgettelinten**.



## 1 VOORBEREIDEN

- Breng ruim water aan de kook in een pan met deksel voor de tagliatelle.
- Schaaf de **courgette** met een dunschiller of kaasschaaf in de lengte in dunne linten ★.
- Halveer de **rode cherrytomaten**.

★ **TIP:** Laat het topje van de courgette eraan – hier kun je hem aan vasthouden terwijl je de linten schaaft.



## 3 PASTA KOKEN

- Kook ondertussen de **tagliatelle** ★★, afgedekt, in 4 – 5 minuten gaar in de pan met deksel.
- Giet af en laat zonder deksel uitstomen.
- Voeg de **tagliatelle** toe aan de **groenten**, roer door en zet het vuur uit. Breng op smaak met peper en zout.



## 2 MENGEN

- Verhit de olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de **cherrytomaten** en de **courgettelinten** 4 – 5 minuten.
- Meng de **groene pesto** door de **groenten** en schep goed om.



## 4 SERVEREN

- Meng de **rucola** door de **tagliatelle**.
- Garneer met de **provolonevlokken** en serveer.

★★ **TIP:** De pasta is bestrooid met een laagje bloem, zodat de linten niet aan elkaar plakken. Je hoeft de pasta niet te spoelen voor je hem kookt, de bloem blijft achter bij het afgieten.

# 1-6 PERSONEN INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Courgette (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Rode cherrytomaten (g) *	60	125	185	250	310	375
Groene pesto (g) 7) 8) *	40	80	120	160	200	240
Verse tagliatelle (g) 1) 3) *	125	250	375	500	625	750
Rucola (g) 23) *	20	40	60	80	100	120
Provolonevlokken (g) 7) *	15	25	35	50	60	75

Zelf toevoegen

Olijfolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout	naar smaak					

\* in de koelkast bewaren


VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 G
Energie (kJ/kcal)	3125 / 747	709 / 169
Vetten (g)	36	8
Waarvan verzadigd (g)	6,7	1,5
Koolhydraten (g)	81	18
Waarvan suikers (g)	12,7	2,9
Vezels (g)	5	1
Eiwit (g)	23	5
Zout (g)	1,2	0,3

### ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 7) Melk/lactose 8) Noten  
Kan sporen bevatten van: 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).