



Supersnelle tagliatelle met radijsjes

spinazie en cottage cheese

Vandaag een super-easy recept op het menu. Makkelijk, herkenbaar en ontzettend lekker! Cottage cheese zorgt vandaag voor de smeuïgheid en dat kan even wennen zijn. Maar we beloven: het wordt heel erg lekker. Je kunt ook de cottage cheese met een staafmixer glad maken, dan heb je minder dat "balletjes gevoel".

25 min | 657 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Ui	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Knoflookteen	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Wild wonder tomaatjes	<i>g</i>	100	200	300	400
Spinazie	<i>g</i>	100	200	300	400
Radijs	<i>bos</i>	0.25	0.5	1	1
Verse tagliatelle	<i>g</i>	125	250	375	500
Cottage cheese	<i>g</i>	75	150	200	300
zelf toevoegen:					
Olijfolie	<i>el</i>	1	2	3	4
Italiaanse kruiden of tijm	<i>tl</i>	0.5	1	1.5	2
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Pel en snipper de ui en knoflook. Was de spinazie grondig, laat goed uitlekken en snijd klein. Halveer de tomaatjes. Was de radijzen en snijd in plakjes.
2. Verhit olie in een ruime bakpan en fruit de ui en knoflook 2 minuten. Voeg de tomaatjes en radijzen toe en bak nog eens 2 minuten mee. Doe de spinazie erbij, laat slinken en breng op smaak met peper, zout en Italiaanse kruiden of tijm.
3. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook en kook de verse tagliatelle in 3-4 minuten gaar. Giet daarna het water af. Schep de cottage cheese en groenten door de pasta en besprenkel met olijfolie extra vierge.

Tip: Je kunt ook een frisse salade maken van de radijsjes, tomaat en spinazie. Lekker met olijfolie extra vierge en balsamicoazijn.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

