



Snelle pasta met roze bietenhummus en baby spinazie

Dit gerecht is zo ontzettend makkelijk te maken en ook nog eens fantastisch om te zien dankzij de roze hummus. Het zoete van de biet, combineert geweldig met het hartige van de hummus. Onze rode bietjes zijn biodynamisch geteeld op een klei-rijke en luchtige bodem. Dit en het koken van de bieten in eigen sap, dus zonder toevoegingen, geeft een geweldige en pure smaak!

20 min | 673 kcal

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



BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Volkoren fusilli	g	85	170	255	340
Rode ui	st	1	2	2	3
Prei	st	1	1	2	3
Gekookte rode bieten	g	125	250	350	500
Hummus	g	50	100	150	200
Baby spinazie	g	50	100	150	200
zelf toevoegen:					
Olie	el	1	2	3	4
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. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook en kook de pasta in 8 minuten gaar.
2. Pel de ui en snijd in partjes. Halveer de prei in de lengte, spoel onder de kraan en snijd klein. Verhit olie in een bakpan en bak de ui en prei in 5 minuten zacht en glazig.
3. Snijd de bieten kleiner (bewaar een paar bietenblokjes voor garnering) en verwarm in een steelpannetje op een laag vuur. Haal van het vuur, schep de hummus erdoor en pureer met een staafmixer tot een gladde saus. Proef en breng op smaak met zout en (chili)peper en voeg eventueel een scheutje pasta kookvocht toe.
4. Spoel de spinazie in een zeef onder de kraan. Snijd eventueel een beetje kleiner.
5. Giet het pasta kookvocht af en schep de prei, ui en spinazie erdoor. Laat afgedekt de spinazie een beetje slinken. Schep een deel van de bietenhummus door de pasta zodat deze lichtroze kleurt. De rest van de bietenhummus verdeel je als de pasta op de borden ligt. Maak af met wat bietenblokjes.

Tip: Hou je van pit? Breng de hummus dan verder op smaak met chilivlokken of chilipeper. Ook erg lekker met fijngehakte nootjes.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

