



230 gram
groenten per
portie *

Pastasalade met peer en blauwe kaas

en een zoete dressing van Luikse stroop

Vandaag een salade met een ware smaakexplosie. De smaak van het knapperige waterkers is licht pittig en kruidig. Dit is echt heerlijk in combinatie met de zoete smaak van peer en stroop, en de pittige smaak van de blauwe kaas.

20 min | 757 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

Volkoren pasta	g	85	170	255	340
Prei	st	0.5	1	2	2
Sirop de Liège	st	0.5	1	1.5	2
Sjalot	st	1	2	3	4
Waterkers	g	40	75	100	150
Cherry tomaten	g	100	200	300	400
Peer	st	0.25	0.5	1	1
Blauwe kaas	g	50	100	100	200

zelf toevoegen:

Azijn	el	0.5	1	1.5	2
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 (of bouillon) aan de kook en kook de pasta in circa 8 minuten gaar.
2. Halveer de prei in de lengte, spoel onder de kraan en snijd in stukken. Kook 5 minuten met de pasta mee. Giet het kookvocht weg en zet opzij zonder deksel. Roer wat olijfolie erdoor zodat de pasta niet gaat kleven en laat afkoelen. Kruid met zout en peper.
3. Maak intussen een dressing door de stroop goed los te kloppen met azijn en olijfolie extra vierge. Verdun eventueel met een beetje water.
4. Pel en snipper de sjalot. Was de waterkers en snijd kleiner. Was de tomaatjes en halveer ze. Was of schil de peer, verwijder het klokhuis en snijd in plakjes. Doe dit samen met de afgekoelde pasta in een ruime schaal en hussel door elkaar.
5. Snijd de blauwe kaas in blokjes en strooi over de salade. Schenk tenslotte de zoete dressing erover.

Tip: Liever een warme maaltijd? Serveer de pasta, prei en tomaatjes dan warm. Je kunt de peer even grillen en de waterkers als salade ernaast serveren.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

