



300 gram
groenten per
portie *

Verse ravioli met koningsoesterzwam en coppa

aubergine en spinazie

Vandaag op het menu: een heel snel bordje verse ravioli met overheerlijke smaken. De zoutige coppa, de stevige koningsoesterzwam, de zachtere aubergine én de spinazie. Geen saus zoals je gewend bent, maar goede ingrediënten hebben dat niet nodig in dit geval!

20 min | 602 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
Coppa	g	25	50	70	100
Knoflookteen	st	0.5	1	1	2
Koningsoesterzwam	g	50	100	200	200
Aubergine	st	0.5	1	1	2
Spinazie	g	100	200	400	400
Ravioli met ricotta	g	125	250	350	500

zelf toevoegen:

Olijfolie	el	1.5	3	4.5	6
Gedroogde oregano	tl	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. Bak de coppa in een droge bakpan op middelhoog vuur licht krokant. Schep uit de pan en leg op een keukenpapiertje.
2. Pel en snipper de knoflook. Veeg de koningsoesterzwam schoon en snijd in plakjes. Was de aubergine en snijd in kleine stukken. Was de spinazie, laat uitlekken en snijd eventueel kleiner.
3. Verhit de olijfolie in dezelfde bakpan en bak de aubergine, samen met de oesterzwam en de knoflook 3-4 minuten op hoog vuur. Zet het vuur zacht en laat een paar minuten garen. Voeg de spinazie toe en laat slinken. Maak op smaak met peper, zout, gedroogde oregano en eventueel extra olijfolie.
4. Breng intussen een ruime pan met water en een snuf zout aan de kook. Kook de ravioli in 3 minuten gaar en giet het water af.
5. Meng de groente met de ravioli en serveer met de knapperige coppa.

Tip: Je kunt de coppa ook niet meebakken en aan het einde over het gerecht verdelen.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

