



275 gram
groenten per
portie *

Tortellini in tomatensaus

met geraspte kaas, courgette en oregano

Tortellini is een pastasoort uit Italië. De naam wordt ook gebruikt voor de gerechten die op basis van de pasta worden gemaakt. Deze pastasoort kan gevuld zijn met kaas, spinazie, gehakt of ricotta. Wist je dat door de ronde vorm de tortellini's ook wel 'belly buttons' worden genoemd?

25 min | 660 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
Rode ui	<i>st</i>	0.5	1	2	2
Knoflookteen	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Trostomaten	<i>g</i>	125	250	350	350
Cherry tomaten in blik	<i>g</i>	150	300	400	600
Courgette	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Verse oregano	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Verse tortellini	<i>g</i>	100	200	300	400
Geraspte kaas	<i>g</i>	50	75	100	150
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olijfolie	<i>el</i>	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. Pel en snipper de ui en knoflook. Was de tomaten en snijd klein. Verhit olie in een bakpan en stoof alles samen aan op een middelhoog vuur. Voeg de tomaten uit blik toe en breng verder op smaak met zout en peper. Laat afgedekt 10-15 minuutjes zacht pruttelen.
2. Snijd intussen de courgette in de lengte doormidden en vervolgens in halve maantjes of stukjes. Verhit olie in een bakpan en bak de courgette lichtbruin. Kruid met fijn gesneden oregano, zout en peper.
3. Breng een pan met gezouten water aan de kook en kook de tortellini gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet het water af, en laat goed uitlekken.
4. Verdeel de tortellini over de borden. Schep de tomatensaus erop met een topping van courgette en geraspte kaas.

Tip: Je kunt ook een deel van de oregano aan de tomatensaus toevoegen.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

