



260 gram  
groenten per  
portie \*

## Witte asperges pangrattato

pasta met draġonboter en veldsla

Pangrattato is een knapperig laagje van brood, citroenrasp en kruiden. In de volksmond ook wel 'armeluis Parmezaan' genoemd. Dit laagje leggen we op de asperges, erbij een heerlijke pasta met draġonboter en veldsla. Genieten van de bovenste plank.

30 min | 680 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 fusilli	g	85	170	255	340
Witte asperges	g	250	500	750	1000
Desembroodje	st	0.25	0.5	0.75	1
Knoflookteen	st	1	2	3	4
Verse draçon	st	0.25	0.5	0.75	1
Citroen	st	0.25	0.5	0.75	1
Veldsla	g	40	75	100	150
<i>zelf toevoegen:</i>					
Roomboter	g	20	40	60	80
Olie	el	0.5	1	1.5	2
Zout en (chili)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 voor de volkoren fusilli. Kook in 8-10 minuten beetgaar. Giet daarna het water af, en bewaar een beetje kookvocht.
2. Schil intussen de asperges met een dunschiller van vlak onder het kopje naar beneden en snijd de houtachtige onderkant eraf. Kook de asperges afgedekt 6 minuten. Zet het vuur uit en laat verder garen in het kookvocht.
3. Snijd het desembroodje heel klein (met een mes of hakmolentje). Pel en snipper de knoflook. Snijd de draçon klein. Meng het broodkruim met de helft van de draçon, zout, peper, citroenrasp en de knoflook. Verhit olie in een bakpan en bak het broodkruim knapperig.
4. Was de veldsla en verwijder eventueel de worteltjes. Verwarm de boter in een brede bakpan en verwarm de voorgedroogde pasta en overgebleven draçon 1 minuut. Hussel de veldsla erdoor en breng op smaak met citroensap, pasta kookvocht, peper en zout.
5. Schep de asperges (zonder het vocht) in een schaal en verdeel daarover het knapperige broodkruim. Serveer de asperges pangrattato met de pasta.

*Tip: Een beetje kookvocht of olijfolie extra vierge zorgt voor een lekkere, smeuïgere pasta.*

Biologisch



info@ekomenu.nl  
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze  
nieuwsbrief

