

Pinsa met zelfgemaakte tomatensaus

mozzarella en spinazie

Vandaag staat er heerlijke pinsa op het menu. Pinsa lijkt op flatbread en zit eigenlijk tussen pizza en focaccia in. Het deeg wordt langere tijd gefermenteerd, waardoor het superlekker en luchtig is. Vandaag beleggen we de pinsa met spinazie en een zelfgemaakte tomatensaus. Maar je kunt de pinsa - net als bij een pizza - met van alles toppen wat je lekker vindt.

25 min | 730 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
Tomatenpuree	g	35	70	105	140
Trostomaten	g	150	300	450	600
Knoflookteen	st	1	2	3	4
Spinazie	g	100	200	300	400
Rode ui	st	0.5	1	1.5	2
Mozzarella	g	25	50	75	100
Pinsa	g	100	200	300	400

zelf toevoegen:

Italiaanse kruiden	tl	0.5	1	1.5	2
Olijfolie	el	1	1	1	1
Olijfolie extra vierge	el	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. Verwarm de oven voor op 200 °C en zorg dat de oven goed heet is. Bekleed een bakplaat met bakpapier
2. Verwarm olie in een bakpan en ontzuur de tomatenpuree door deze 3 minuten te bakken op een middelhoog vuur. Was de tomaat, snijd klein bak zachtjes mee. Pel de knoflook en pers de helft erboven uit. Breng op smaak met Italiaanse kruiden (bewaar een deel om op de pinsa's te strooien), zout en peper.
3. Was de spinazie in een vergiet onder de kraan, laat goed uitlekken en snijd kleiner. Verhit olie in een bakpan en pers de andere helft van de knoflook erboven uit. Voeg de spinazie toe, bak voor een paar minuten totdat de spinazie is geslonken en breng op smaak met zout en peper.
4. Pel de ui en snijd in dunne ringen. Laat de mozzarella uitlekken en scheur of snijd in stukjes.
5. Besmeer de pinsa's met de tomatensaus. Beleg met spinazie, rode ui en mozzarella. Strooi de Italiaanse kruiden erover en bak de pinsa's 8-10 minuten of totdat de randen goudbruin zijn en de mozzarella gesmolten is. Besprenkel vlak voor het serveren met olijfolie extra vierge

Tip: Hou je van pittig? Dan kun je ook wat chilivlokken over de pinsa's strooien.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

