



250 gram
groenten per
portie *

Glutenvrije penne met tomaten tapenade

groenten en krokante chorizo

De tapenade van dit gerecht geeft je het gevoel alsof je in Italië zit. In het zonnetje, genietend van pure smaken. Tapenade zoals het hoort! Dus geen smaakstoffen of conserveringsmiddelen, met zongedroogde tomaten, vers geroosterde pijnboompitjes en extra vierge olijfolie van de eerste persing. Lekker gluten- en lactosevrij, zonder toegevoegde suikers. 'Inspired by Ralph Moorman'

15 min | 779 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Penne (GV)	g	0.5	1	1.5	2
Chorizo	g	25	50	90	90
Romatomaat	st	1	2	3	4
Prei	st	1	2	3	4
Tapenade zontomaat	g	50	100	100	200

zelf toevoegen:

Italiaanse kruiden	tl	0.5	1	2	2
Bakolie	el	0.5	1	1.5	2
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 ruim water en een snuf zout aan de kook. Kook de glutenvrije penne in 8 minuten beetgaar en giet daarna het water af (vang wat kookvocht op).
2. Snijd de chorizo in reepjes en bak krokant in een droge bakpan. Schep uit de pan en leg opzij.
3. Snijd de prei in de lengte doormidden, spoel onder de kraan en snijd klein. Was de tomaat en snijd klein. Verhit olie in de bakpan van de chorizo en roerbak de prei en tomaat 5-8 minuten op een middelhoog vuur.
4. Schep de tapenade zontomaat door de groenten en schenk een beetje pasta kookvocht erbij voor een mooie saus. Proef en breng op smaak met Italiaanse kruiden en peper.
5. Serveer de penne met een flinke schep saus en gaar met de krokante chorizo.

Tip: Ook erg lekker met een flinke sliert lekkere olijfolie.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

