



Macaroni taart

met Italiaanse roerbakgroenten

Wist je dat je van macaroni ook heel makkelijk een feestelijke taart kunt maken? Gewoon door het te mengen met eieren en kaas. Dankzij de voorgesneden groenten staat dit gerecht toch lekker snel in de oven. En als de taart in de oven staat heb jij je handen vrij om wat anders te doen.

35 min | 706 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 macaroni	<i>g</i>	85	170	255	340
Italiaanse roerbakgroenten	<i>g</i>	200	400	600	800
Tomaat	<i>st</i>	1	2	3	4
Italiaanse kruiden	<i>tl</i>	1	2	3	4
Ei	<i>st</i>	2	4	6	8
Geraspte kaas	<i>g</i>	50	75	100	150

zelf toevoegen:

Bakolie	<i>el</i>	0.5	1	1.5	2
Melk of pasta kookvocht	<i>ml</i>	25	50	75	100
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 180 °C. Vet een springvorm of ovenschaal in.
2. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook. Kook de macaroni in 8 minuten al dente, giet daarna het water af en laat goed uitlekken.
3. Verhit olie in een bakpan en roerbak de Italiaanse groenten op een middelhoog vuur zacht. Was de tomaat en snijd de ene helft in dunne plakjes en de andere helft snijd je klein. Bak de tomatenstukjes circa 5 minuten met de groenten mee en breng op smaak met Italiaanse kruiden, zout en peper.
4. Klop intussen de eieren met de geraspte kaas en een scheutje melk (of pasta kookvocht) los in een kom. Bewaar wat kaas om over de taart te strooien. Schep de macaroni en groenten erdoor en hussel goed door elkaar.
5. Verdeel het macaroni mengsel in de ingevette springvorm of ovenschaal en besprenkel met olie. Druk het geheel een beetje aan. Leg de tomatenplakjes erboven op, bestrooi met de overgebleven kaas en bak de macaroni taart nog 15-20 minuten in het midden van de voorverwarde oven. De taart is klaar als het eimengsel gestold is.

Tip: Als je de bakvorm goed invet (of bakpapier gebruikt) kun je de macaroni taart ook ondersteboven op een bord 'storten'. Leg dan de tomatenplakjes als eerste in de ovenschaal.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

