



240 gram
groenten per
portie *

Spaghetti salade met ansjovis

radicchio en citroen

Pasta salades zijn een hit in de zomer. Het is een koud gerecht waardoor je het makkelijk van te voren kunt klaarmaken. En het is lekker om te serveren bij bijvoorbeeld een BBQ. Deze pasta salade maken we onder anderen met spaghetti, ansjovis, radicchio en citroen. Eens wat anders dan je standaard pasta salade.

25 min | 662 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 spaghetti	<i>g</i>	100	200	300	400
Sjalot	<i>st</i>	1	1	2	2
Radicchio	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Cherry tomaten	<i>g</i>	100	200	300	400
Baby spinazie	<i>g</i>	50	100	150	200
Ansjovis filets	<i>g</i>	20	35	50	70
Citroen, sap	<i>st</i>	0.25	0.5	0.75	1
Mosterd-dille dressing	<i>ml</i>	50	75	125	150
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olijfolie	<i>el</i>	1.5	3	4.5	6
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. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook en kook de spaghetti al dente in 8 minuten. Giet het water af en laat even uitdampen. Doe de spaghetti terug in de pan, breng op smaak met peper en olijfolie extra vierge en roer goed door.
2. Pel de sjalot en snijd in ringen. Snijd de radicchio in partjes. Halveer de tomaatjes. Verhit olie in een bakpan en bak de radicchio en sjalot 8-10 minuten. Voeg halverwege de cherry tomaten toe tot ze een beetje rimpelig worden. Breng op smaak met zout en peper.
3. Was intussen de spinazie en laat goed uitlekken. Snijd de ansjovis heel klein.
4. Meng de spaghetti met de gebakken groenten, spinazie en ansjovis en pers het citroensap erboven uit. Breng verder op smaak met zout, peper en eventueel een scheut olijfolie extra vierge.

Tip: Als je de ansjovis mee bakt, dan smelt deze een beetje en gaat de smaak in de groenten zitten. De dressing ontvang je in het kader van de verspillingvrije week en hoort niet bij dit recept, maar kun je lekker zelf gebruiken.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

