



Aubergine uit de oven met rigatoni

Met tomaat, oude kaas en salade



VARAS ROUGE

Deze wijn uit de regio rondom Lissabon is gemaakt van inheemse druivenrassen en pinot noir en heeft minimaal 3 tot 4 maanden in eikenhouten vaten gerijpt. Het resultaat is een complexe wijn met aroma's van kersen en bosvruchten en een lange afdronk.



Aubergine *



Tomaat *



Knoflookteen



Tomatenpassata



Geraspte oude kaas *



Rigatoni



Veldsla, rucola & frisee *



Verse basilicum *



Totaal: 40-45 min.



Veggie



Gemakkelijk



Family



Eet binnen 5 dagen

Dit recept is gebaseerd op het Italiaanse ovensgerecht melanzane alla parmigiana met aubergine in de hoofdrol. Hoewel vaak wordt gedacht dat parmigiana slaat op de herkomst van het gerecht of op de kaas, schijnt het eigenlijk te verwijzen naar de manier waarop de ovenschotel is opgebouwd: net als de latjes van de typisch Italiaanse luiken.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Koekenpan, kom, ovenschaal, pan met deksel en saladekom.

Laten we beginnen met het koken van de **aubergine uit de oven met rigatoni**.



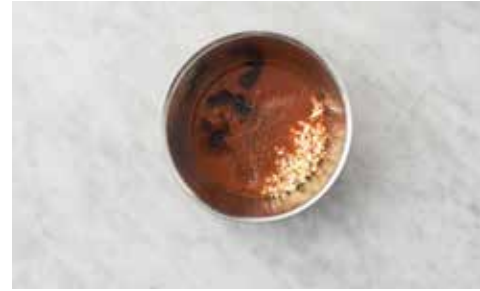
1 VOORBEREIDEN

Verwarm de oven voor op 220 graden. Snijd de **aubergine** in de lengte in plakken van 1 cm. Snijd de **tomaat** ook in plakken van 1 cm. Pers de **knoflook** of snijd fijn.



2 AUBERGINE BAKKEN

Besprenkel de **aubergine** met de helft van de olijfolie. Verhit een koekenpan op middelhoog vuur en bak de **aubergine** 4 – 5 minuten per kant ★. Bestrooi met peper en zout.



3 SAUS MAKEN

Meng ondertussen in een kom de **tomatenpassata**, **knoflook**, zwarte balsamicoazijn, suiker en peper en zout naar smaak tot een saus.



4 IN DE OVEN

Vet een ovenschaal in met de overige olijfolie. Schenk een laagje saus in de ovenschaal. Bedek de saus met plakken **aubergine**. Verdeel hier vervolgens een laag **tomaat** over. Herhaal tot alle ingrediënten gebruikt zijn en eindig met een laag saus. Bestrooi met de **gerasppte oude kaas** en bak de aubergineschotel 20 – 25 minuten in de oven.



5 PASTA EN SALADE MAKEN

Breng ondertussen ruim water aan de kook in een pan met deksel en kook de **rigatoni**, afgedekt, in 13 – 15 minuten gaar. Giet daarna af en meng met extra olijfolie naar smaak. Maak ondertussen in een saladekom een dressing van de extra vierge olijfolie, de witte balsamicoazijn en peper en zout. Meng met de **veldsla**, **rucola & frisee**.

★**TIP:** Geen zin in pasta? Of grote trek? Serveer het gerecht dan met knapperige ciabatta, om lekker te dopen in de saus.



6 SERVEREN

Verdeel de **rigatoni** over de borden en schep er de **aubergine** uit de oven op. Scheur het **verse basilicum** klein en garneer er het gerecht mee. Serveer met de **salade**.

★**TIP:** Heb je een grillpan? Dan kun je de aubergineplakken ook grillen in plaats van bakken. Zo krijg je mooie streepjes op de aubergine.

1-6 PERSONEN INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Aubergine (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Tomaat (st) *	1	2	3	4	5	6
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Tomatenpassata (g)	150	300	450	600	750	900
Geraspte oude kaas (g) 7) *	40	75	100	125	150	175
Rigmatoni (g) 1) 17) 20)	90	180	270	360	450	540
Veldsla, rucola & frisee (g) 23) *	40	80	120	160	200	240
Verse basilicum (blaadjes) 23) *	3	6	9	12	15	18
Olijfolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Zwarte balsamicoazijn* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Suiker* (tl)	1	2	3	4	5	6
Extra vierge olijfolie* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Witte balsamicoazijn* (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout*	naar smaak					

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3176 / 759	422 / 101
Vet totaal (g)	33	4
Waarvan verzadigd (g)	11,5	1,5
Koolhydraten (g)	86	11
Waarvan suikers (g)	19,0	2,5
Vezels (g)	10	1
Eiwit (g)	26	3
Zout (g)	1,4	0,2

ALLERGENEN

1) Gluten 7) Melk/lactose

Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 20) Soja 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

#HelloFresh

Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl
www.hellofresh.be

WEEK 18 | 2018

HelloFRESH