



Italiaanse rundersaucijs met kaas-aardappeltjes

Met spinazie, pijnboompitten en citroen



RUNDERSAUCIJS

Verse worst werd vroeger in een lus geknoopt - zoals wij nu vooral nog de rookworst en gedroogde worst kennen. Wanneer je van deze worst kleinere stukken worst draait, heten dit saucijzen, afgeleid van het Franse saucisse.



Drieling aardappelen



Sjalot



Pruimtomaat *



Citroen



Italiaans gekruide rundersaucijs *



Pijnboompitten



Spinazie *



Parmigiano reggiano *



Totaal: 20 min.

Quick & Easy

Supersimpel

Glutenvrij

Eet binnen 3 dagen

Vandaag gebruik je Parmezaanse kaas als smaakmaker voor de aardappeltjes. Deze kaas komt uit de Parma-regio in Italië en wordt gemaakt van koemelk. Er is wel 16 liter nodig om een kilo parmigiano reggiano, zoals de kaas in het Italiaans heet, te maken. Door de hartige umami-smaak maak je van de aardappelen iets bijzonders!

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN: Pan met deksel, koekenpan met deksel, rasp en hapjespan.
Laten we beginnen met het koken van de **Italiaanse rundersaucijs met kaas-aardappeltjes**.



1 AARDAPPELEN KOKEN

- Zorg dat de **aardappelen** net onder water staan in een pan met deksel en kook de **aardappelen** in 15 – 17 minuten gaar. Giet af en laat zonder deksel uitstomen.
- Snipper ondertussen de **sjalot**.
- Snijd de **pruimtomaat** in kleine blokjes.
- Pers het sap uit de helft van de **citroen** en snijd de andere helft in parten.



3 SPINAZIE ROERBAKKEN

- Voeg de overige olijfolie toe aan de hapjespan en fruit de **sjalot** 2 minuten op middelhoog vuur.
- Scheur de **spinazie** klein boven de pan en roerbak 4 – 5 minuten.
- Voeg in de laatste minuut de **tomaat** toe. Breng op smaak met peper, zout en 1 tl **citroensap** per persoon.
- Rasp ondertussen de **parmigiano reggiano** grof.



2 BAKKEN EN ROOSTEREN

- Verhit ondertussen de helft van de olijfolie in een koekenpan met deksel op middelhoog vuur en bak de **rundersaucijs** 2 – 3 minuten rondom. Zet het vuur laag, leg het deksel op de pan en bak de **saucijs** nog 2 - 3 minuten, tot hij gaar is.
- Verhit ondertussen een hapjespan zonder bakvet op middelmatig vuur en rooster de **pijnboompitten** tot ze beginnen te kleuren. Haal uit de pan en bewaar apart.



4 SERVEREN

- Schep de **parmigiano reggiano** en de roomboter door de **aardappelen**. Roer goed door en breng op smaak met peper.
- Serveer de **aardappelen** met de **rundersaucijs** en de **spinazie**.
- Garneer de **spinazie** met de **pijnboompitten** en serveer met de **citroenparten**.

1-6 PERSONEN INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Drieling aardappelen (g)	300	600	900	1200	1500	1800
Sjalot (st)	½	1	1½	2	2½	3
Pruimtomaat (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Citroen (st)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Italiaans gekruide rundersaucijs (100 g) *	1	2	3	4	5	6
Pijnboompitten (g) 19) 22) 25)	5	10	15	20	25	30
Spinazie (g) 23) *	200	400	600	800	1000	1200
Parmigiano reggiano (g) 7) *	10	20	30	40	50	60
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6
Roomboter (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 G
Energie (kJ/kcal)	3473 / 830	476 / 114
Vetten (g)	41	6
Waarvan verzadigd (g)	15,0	2,1
Koolhydraten (g)	65	9
Waarvan suikers (g)	6,6	0,9
Vezels (g)	11	2
Eiwit (g)	44	6
Zout (g)	0,6	0,1

ALLERGENEN

7) Melk/Lactose

Kan sporen bevatten van: 19) Pinda's 22) Noten 23) Selderij 25) Sesam

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).