



WIJNBOX

### Cabriz branco

Deze farfalle is romig en kruidig. De wijn is juist vol en zonnig. Deze Portugese witte wijn combineert mooi met de dragon.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 48  
2016



**Een culinaire vraag tijdens het koken?**

Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232.



Maak een foto van je gerecht en deel deze via. De mooiste foto krijgt een verrassing!

## Romige farfalle met verse dragon en pecannoten

Met roomkaas en venkel

Deze romige pasta wordt heerlijk op smaak gebracht met tijm, verse dragon, venkel en prei. De pecannoten geven het gerecht een knapperige twist. Samen zorgen de ingrediënten voor een stevige saus die rijk van smaak is!



30-35 min



gemakkelijk



eet binnen  
5 dagen



vegetarisch



kind-  
vriendelijk

bewaar in de koelkast



Venkel



Prei



Verse dragon



Roomkaas



Knoflookteent



Farfalle



Pecannoten



Tijm

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Knoflookteen	1	2	2	3	3	4
Venkel (st)	½	1	1½	2	2½	3
Prei (st)	½	1	1½	2	2½	3
Verse dragon (takjes) <b>23)</b>	1	2	3	4	5	6
Farfalle (g) <b>1)</b>	90	180	270	360	450	540
Pecannoten (g) <b>8) 19) 22)</b>	20	40	60	80	100	120
Tijm (tl)	1	2	3	4	5	6
Roomkaas (g) <b>7)</b>	40	80	120	160	200	240
Olijfolie (el)*	½	1	1	1½	1½	2
Peper & zout*				Naar smaak		

\* Zelf toevoegen

#### Allergenen

**1)** Gluten **7)** Melk/lactose  
**8)** Noten  
 Kan sporen bevatten van **19)** pinda's, **22)** noten en **23)** selderij.

#### Benodigdheden

Pan met deksel, wok of hapjespan

**Voedingswaarden** 725 kcal | 19 g eiwit | 76 g koolhydraten | 36 g vet, waarvan 10 g verzadigd | 10 g vezels



**1** Kook 500 ml water per persoon in een pan met deksel voor de farfalle.

**2** Snijd of pers ondertussen de knoflook. Snijd de venkel in kwarten, verwijder de harde kern en snijd de venkel in dunne repen. Snijd de prei in fijne ringen. Ris de dragon van de takjes en snijd de blaadjes fijn.

**3** Kook de farfalle, afgedekt, 10 - 12 minuten in de pan met deksel. Giet daarna af en bewaar een klein beetje van het kookvocht.



**4** Verhit ondertussen in een wok of hapjespan, zonder olie, op hoog vuur. Verkruimel de pecannoten boven de pan en rooster goudbruin. Bewaar apart.

**5** Verhit de olijfolie in dezelfde wok of hapjespan met deksel en fruit de knoflook 2 minuten op middelhoog vuur. Voeg de venkel, prei en tijm toe en bak 12 - 14 minuten op middelhoog vuur.



**6** Voeg de farfalle, de roomkaas, 2 - 3 el kookvocht per persoon en de helft van de dragon bij de groenten en breng op smaak met peper en zout.

**7** Verdeel het gerecht over de borden en garneer met de peccannoten en de overige dragon.



**Tip!** Wil je het iets pittiger maken? Voeg dan 1 tl mosterd per persoon toe!