



Flink gevulde minestrone

met porcini, babyspinazie en pasta



20-30min



2 personen

De Italiaanse minestrone is de ultieme maaltijdsoup. Perfect voor guur herfstweer of als je een drukke werkdag achter de rug hebt en een portie energie kunt gebruiken. En wist je dat er geen officieel basisrecept voor deze soep bestaat? Ze wordt namelijk altijd met seizoensgroenten gemaakt en met aardappels of pasta aangevuld. Wij doen er dankzij onze pesto een verfijnd Italiaans schepje bovenop.

Wat je van ons krijgt

- 1
- 1
- 9
- 7

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- grote kookpan
- keukenrasp
- maatbeker
- middelgrote kookpan
- oven
- vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 775kcal, vet 12.8g, koolhydraten 125.6g, eiwit 31.1g



1. Pasta koken

Verwarm de oven voor op 200°C hetelucht/220°C. Breng voor de **pasta** een middelgrote kookpan met gezouten water aan de kook. Voeg de **helft van de orecchiette** toe zodra het water kookt en kook deze in 9-10min beetgaar. Giet de **pasta** af en doe terug in de pan met een scheutje olijfolie. Gebruik **alle pasta** bij grote trek.



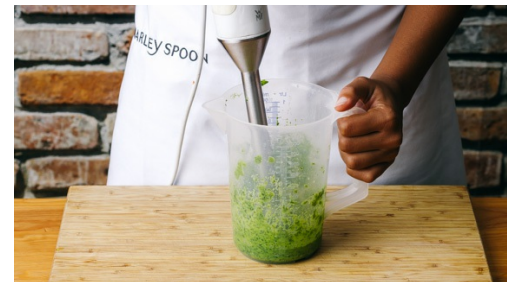
4. Groenten toevoegen

Spoel de **borlottibonen** in een zeef onder de kraan en voeg ze toe zodra de **soep** aan de kook komt. Voeg de **tomatenblokjes** toe en kook 3-4min, totdat de **tomaat** zachter is. Voeg handje voor handje de **babyspinazie** toe en kook tot de **spinazie** is geslonken.



2. Ingrediënten voorbereiden

Pel en hak intussen de **ui** en **knoflook** fijn. Schil evt. de **wortel**, halveer en snijd in halve maantjes. Rasp de **kaas** grof. Hak de **basilicum** in zijn geheel grof. Snijd de **tomaten** in 6-8 parten.



5. Pesto maken

Pureer intussen de **basilicum** met de **geraspte kaas**, **rest van de knoflook**, 2el olijfolie en 1el water met een staafmixer tot en romige **pesto**. Breng op smaak met peper en zout en voeg evt. meer water toe totdat de **pesto** de gewenste dikte heeft.



3. Soep starten

Verhit 1el olijfolie in een grote kookpan. Bak de **ui** en **wortel** met de **Italiaanse kruidenmix** 3-4min. Voeg dan **3/4 van de knoflook** toe en bak nog 30sec. Blus af met 800ml water. Voeg de **porcini** toe en verkruimel het **bouillonblokje** boven de pan. Roer door en breng aan de kook. Bak intussen de **broodjes** in 5-6min goudbruin in de oven.



6. Pasta toevoegen

Roer tot slot de gekookte **pasta** door de **soep** en breng op smaak met flink wat peper en zout. Serveer de **soep** in kommen en garneer met een lepeltje **basilicumpesto**. Geef het **brood** erbij om te dippen of besmeer met de **pesto**.