

MARLEY SPOON



Flink gevulde minestrone

met porcini, babyspinazie en pasta



20-30min



Voor 3-4 personen

De Italiaanse minestrone is de ultieme maaltijdsoep. 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

- 7
- 1
- 9
- 1

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 720kcal, vet 16.3g, koolhydraten 105.8g, eiwit 29.9g



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 **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.



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.



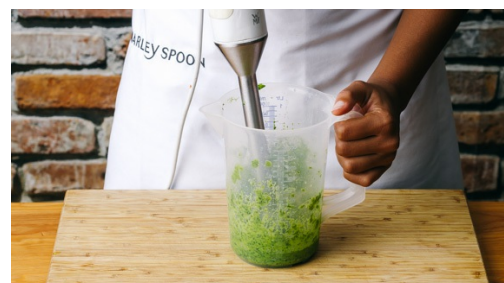
3. Soep starten

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 1,2L water. Voeg de **porcini** toe en verkruimel de **bouillonblokjes** boven de pan. Roer door en breng aan de kook. Bak intussen de **broodjes** in 5-6min goudbruin in de oven.



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.



5. Pesto maken

Pureer intussen de **basilicum** met de **geraspte kaas**, **rest van de knoflook**, 2-3el olijfolie en 1-2el water met een staafmixer tot een romige **pesto**. Breng op smaak met peper en zout en voeg evt. meer water toe totdat de **pesto** de gewenste dikte heeft.



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**.