



Gnocchi bolognese

met courgettelinten en basilicum

 30-40min  2 personen

Wist je dat bolognesesaus zo heet, omdat het gerecht uit de Italiaanse stad Bologna komt? De Italianen eten deze saus met lintpasta, zoals tagliatelle of pappardelle, maar wij vervangen de lintpasta door gnocchi. Deze mooie deegballetjes gemaakt van aardappel en bloem worden in de oven tot knapperige perfectie gebakken en geserveerd met een rijke bolognesesaus, Italiaanse kaas en tijm. Het resultaat: ultiem comfortfood.

Wat je van ons krijgt

- 15g verse kruidenmix: basilicum & tijm
- 1 teen knoflook
- 1 wortel
- 1 rode paprika
- 1x rund- en varkensgehakt
- 1 pak gnocchi ¹
- 2 blokjes Italiaanse harde kaas ⁷
- 1 blik tomatenblokjes
- 1 courgette

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- grote koekenpan
- keukenrasp
- middelgrote kookpan
- oven met grillfunctie
- ovenschaal
- waterkoker
- dunschiller
- vergiet

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 1012kcal, vet 39.9g, koolhydraten 109.7g, eiwit 50.6g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng water in de waterkoker aan de kook. Verwarm de oven voor op 225°C (evt. met de grill aan). Pluk de **basilicumblaadjes**, hak **3/4e van de blaadjes** fijn, doe de steeltjes weg. Pluk de **tijmblaadjes**, hak ze fijn en doe de steeltjes weg. Pel en hak de **knoflook** fijn. Schil en rasp de **wortel** grof. Snijd de **paprika** in vieren, verwijder de kern en snijd hem in stukjes.



4. Gnocchi bakken

Rasp de **kaas** fijn. Doe de **gnocchi** met 1el olijfolie, **3/4e van de geraspte kaas** en de **tijm** in een ovenschaal en hussel om. Bestrooi met peper en zout en rooster ca. 10min in de oven totdat de **gnocchi** knapperig en goudbruin zijn.



2. Gehakt bakken

Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak het **gehakt** met de **paprika** en **wortel** 3-4min al roerend tot het **gehakt** rul is. Voeg dan de **knoflook** toe en bak deze 30sec mee.



5. Bolognese afmaken

Doe de **tomatenblokjes** en **gehakte basilicum** bij het **gehakt** en breng op smaak met flink wat zout, peper en 1/2tl suiker. Kook de **saus** 6-7min op middelhoog vuur.



3. Gnocchi garen

Doe de **gnocchi** in een hittebestendige kom of grote kookpan, overgiet met het zojuist gekookte water tot ze onderstaan en laat 2-3min garen. Giet de **gnocchi** af. Breng opnieuw water in de waterkoker aan de kook.



6. Courgette koken

Snijd de **courgette** in de lengte in dunne plakjes en doe de **courgetteplakjes** met 1/2tl zout in een middelgrote kookpan. Overgiet met kokend water en kook de **courgette** 2-3min op matig vuur. Giet af en hussel om met 1el olie, zout en peper. Serveer de **gnocchi** met de **saus** en **courgetteplakjes** bovenop. Bestrooi met de **rest van de basilicumbaadjes** en de **kaas**.