

Pasta met rundersaucijs en broccoli



 Bereiden in: grote pan

 Voorbereiding: 10 min.

 Bereiding: 300 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 350 gram pasta
- 4 rundersaucijsen
- 1 broccoli
- 4 ansjovisfilets
- 2 teentjes knoflook
- 1 kleine ui
- 2 takjes rozemarijn
- 200 ml crème fraîche
- 50 gram Parmezaanse kaas
- olijfolie, peper en eventueel een beetje zout.

Voedingswaarde

- Voedingswaarde Per persoon
- Energie $\pm$ 855 kcal
- Eiwitten $\pm$ 38 g
- Koolhydraten $\pm$ 78 g
- Vetten $\pm$ 45 g
- Vezels $\pm$ 6 g

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl

Pasta met rundersaucijs en broccoli



Bereiding

- 1 Kook de pasta volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd de broccoli in kleine roosjes en voeg deze de laatste 5 minuten toe aan het kookwater van de pasta. Bewaar voor het afgieten een kopje van het kookvocht.
- 2 Snipper ondertussen de ui en hak de knoflook fijn. Haal het vlees uit de runder saucijzen. Verhit een scheutje olijfolie in een ruime koekenpan en bak het saucijsvlees rul en mooi bruin.
- 3 Voeg de ui, knoflook, fijngehakte rozemarijn en ansjovis toe. Bak een paar minuten mee. De ansjovis smelt als het ware weg in de pan en geeft de saus een heerlijke hartige smaak.
- 4 Roer de crème fraîche erdoor en voeg een klein scheutje van het pastawater toe zodat er een mooie romige saus ontstaat.
- 5 Schep de pasta en broccoli door de saus en meng alles goed door elkaar. Voeg eventueel nog wat pastawater toe wanneer de saus te dik is.
- 6 Breng op smaak met peper en eventueel een klein beetje zout. Let daarbij wel op: de ansjovis en Parmezaanse kaas zijn van zichzelf al behoorlijk zout.

Serveren

Serveer direct met geraspte Parmezaanse kaas en eventueel lekker veel zelfgemaakte pangrattato erover. Zo maakt u pangrattato

Ingrediënten: 2 à 3 sneetjes oud brood, 2 eetlepels olijfolie, 1 teentje knoflook, peper, eventueel wat fijngehakte peterselie, rozemarijn of citroenrasp.

Bereiding: maal of verkruimel het oude brood tot grove kruimels. Verhit de olijfolie in een koekenpan en voeg de fijngehakte knoflook toe. Bak kort aan en voeg daarna het broodkruim toe. Bak al omscheppend in ongeveer 4 à 5 minuten goudbruin en krokant. Breng op smaak met peper en eventueel wat kruiden. Laat het even afkoelen en strooi het royaal over de pasta. Tip: maak gerust wat extra. In een goed afgesloten pot blijft pangrattato een paar dagen lekker krokant. En bij de pasta met rundersaucijs en broccoli geeft het precies die lekkere crunch die het gerecht nog nét wat bijzonderder maakt.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten