


Recept: Salade Caprese met Volkoren Penne en Parmaham

Deze heerlijke en vullende maaltijdsalade combineert de klassieke smaken van een Caprese salade met volkoren penne pasta en hartige Parmaham. Perfect voor een zomerse lunch of een lichte avondmaaltijd.

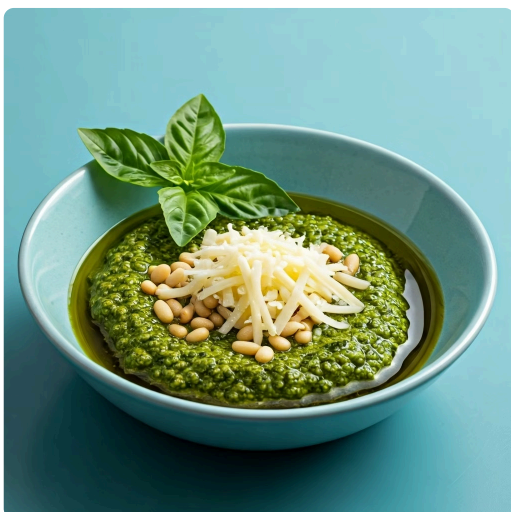
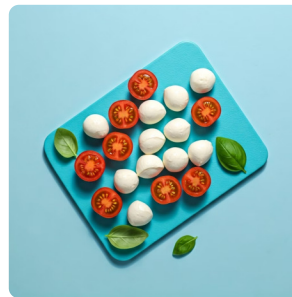
 Aantal personen: 4 personen	 Tijd: 30 minuten	 Moeilijkheidsgraad Gemiddeld
---	--	--

Ingrediënten	Hoeveelheid	Mise en Place	# personen omrekenen
Zorg ervoor dat alle ingrediënten klaarliggen.			
<u>Voor de salade (M.E.P.)</u>			
<input type="checkbox"/> Volkoren penne	250 g	koken volgens instructies	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Cherrytomaten	250 g	gewassen en gehalveerd	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Mini mozzarella bolletjes	400 g	uitgelekt	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Verse basilicumblaadjes	een grote handvol	gewassen, grof gescheurd of heel laten	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Romaine sla	250g	gewassen en drooggeslingerd	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Rucola sla	100g	gewassen en drooggeslingerd	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Radicchio	120g	gewassen en drooggeslingerd	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Komkommer	½ stuk	gewassen en in halve maantjes	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Gedroogde Parmaham	100 g	in dunne plakjes	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> <u>Voor de Pesto Dressing</u>			<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Pesto Genovese (zie apart recept)	4-5 eetlepels		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Extra vierge olijfolie	2 eetlepels		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Balsamico azijn	1 eetlepel		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Zout en versgemalen zwarte peper	naar smaak		<input type="checkbox"/>

Bereidingswijze (stap voor stap)

Volg de stappen en vink ze af wanneer ze voltooid zijn:

- Kook de volkoren penne volgens de aanwijzingen op de verpakking beetgaar. Neem 1 pollepel kookwater uit de pot en giet dan af en
- Spoel kort af met koud water om te voorkomen dat de pasta plakt, en laat goed uitlekken.
- Halveer de cherrytomaten en laat de mini mozzarella bolletjes uitlekken. Scheur de verse basilicumblaadjes grof.
- Meng in een grote kom de penne met de gehalveerde cherrytomaten, de uitgelekte mozzarella bolletjes en voeg een lepel kookvocht toe. Meng alles
- Voeg de helft van de pesto Genovese toe. Meng alles voorzichtig totdat de pasta en groenten gelijkmatig bedekt zijn met de pesto. Laat afkoelen op kamertemperatuur
- Breng de pasta eventueel op smaak met zout en versgemalen zwarte peper. Let op met zout! de pesto is ook redelijk zout
- Verdeel de verschillende slasoorten over vier doosjes. Schep de Caprese penne salade erop.
- Drapeer de plakjes Parmaham elegant over de salade.
- Strooi de basilicum er over en wat geschaafde kaas en schep er nog een lepeltje pesto bij.



Pesto Genovese

Pesto Genovese is een groene saus uit Italië. Het heeft een sterke smaak. De saus wordt gemaakt van verse basilicum, pijnboompitjes, knoflook, kaas en olijfolie. Alles wordt fijn gemaakt. De pesto is heel belangrijk voor de smaak van onze salade. Je kunt pesto ook eten op brood. Of in soep. Of bij vlees of vis. De basilicum in de pesto geeft de salade een echte Italiaanse smaak.

Informatie over onze Ingrediënten!



Romaine Sla

Romaine sla is een groene sla. De bladeren zijn lang en knapperig. Het smaakt een beetje bitter. Dit is lekker in salades. De bladeren zijn stevig. Je kunt ze ook gebruiken voor wraps. Of je bakt ze een beetje. Was de sla goed voor je hem eet.

Radicchio

Radicchio is een mooie groente uit Italië. Het heeft donkerrode bladeren met witte lijnen. Het smaakt bitter en is knapperig. Hoe roder de kleur, hoe sterker de smaak. Radicchio is goed voor je. Het is lekker in salades. Je kunt het ook bakken of grillen. Dan wordt de smaak minder bitter en een beetje zoet. Het geeft een mooie kleur aan je eten.



Parmezaanse Kaas

Parmezaanse kaas is een bekende kaas uit Italië. Het is een harde kaas. De kaas rijpt lang, soms wel langer dan een jaar. Daardoor krijgt het een diepe, zoute smaak. Het smaakt ook een beetje naar nootjes. Geraspte Parmezaanse kaas is lekker op pasta. Het is ook goed in salades. Het maakt je eten extra lekker. Parmaham en Parmezaanse kaas komen allebei uit Italië en passen goed bij elkaar.

Boodschappenlijst

Om deze smaakvolle Salade Caprese met Volkoren Penne en Parmaham voor een gezelschap van 8 personen te bereiden, verdubbelen we de ingrediënten. Hieronder vindt u een handige boodschappenlijst om ervoor te zorgen dat u niets vergeet, aangevuld met nuttige informatie over twee van de hoofdingrediënten: Romaine sla en Radicchio.

Volkoren penne	500 g
Cherrytomaten	500 g
Mini mozzarella bolletjes	800 g
Verse basilicumblaadjes	twee grote handvullen
Romaine sla	500 g
Rucola sla	200 g
Radicchio	240 g
Komkommer	½ stuk
Gedroogde Parmaham	200 g
Pesto Genovese (zelfgemaakt of kant-en-klaar)	9-10 eetlepels
Extra vierge olijfolie	4 eetlepels
Balsamico azijn	2 eetlepels
Zout en versgemalen zwarte peper	naar smaak