



CHUTNEY VAN POMPOEN

Ingrediënten

- 500 gr. pompoenvlees
- 1 sinaasappel
- 1 kaneelstok
- 2 steranijs
- 1 kl. gemalen nootmuskaat
- 1 kl. curcuma
- 40 g agave siroop
- 50 g rietsuiker
- 1 el. vadouvan of Indische curry kruidenmix

Bereiding

- *Snij het pompoenvlees in blokjes.*
- *Schil de sinaasappel à vijf (zonder wit en zonder vliesjes) en snij deze in partjes.*
- *Doe alle ingrediënten in een diepe pot met dikke bodem en laat zachtjes enkele uren pruttelen onder deksel.*
- *Schep in zorgvuldig schoongemaakte borden.*
- *Koel bewaard is deze chutney enkele maanden houdbaar.*

Ingrediënten

- 500 g zachtkokende aardappelen
- 1 butternut pompoen
- 50 g boter
- nootmuskaat
- peper
- zeezout of himalayazout
- rijstmelk

Bereiding

- *Schil de aardappelen, snij in blokjes en kook gaar in een bodempje rijstmelk.*
- *Snij de pompoen half door, verwijder de pitten en laat een uurtje drogen in de oven op 150 graden.*
- *Lepel het vruchtvlies uit en prak het fijn met een vork.*
- *Druw de aardappelen tot puree, eventueel nog wat rijstmelk toevoegen naar eigen smaak en meng er dan het pompoenvlees onder.*
- *Kruiden met nootmuskaat en peper en zout.*



POMPOEN- AARDAPPELPUREE

