



OOSTERSE POMPOENSOEP

1 & 2 november, Allerheiligen en Allerzielen, 2 feestdagen die in de vergetelheid geraken door het op-rukkende succes van Halloween. En een beetje moderne mens moet toch met zijn tijd mee, dus zetten we ons met z'n allen aan het versieren en decoreren. Spinnen, heksen, bezems en... pompoenen. Leuk, maar waar blijf je nu in godsnaam met al dat lekkere pompoenvlees? Daarom hier een paar suggesties waarmee je makkelijk en snel aan de slag kan.

Auteur Ludo Slaets

Ingrediënten

- 1 ui
- 1 wit van prei
- 2 broccolistengels
- 1 courget
- 2 teentjes look
- 2 cm geschilde en geraspte gember
- 1 stengel citroengras
- 1 butternut pompoen

Bereiding

- Schil de ui, broccolistengels en courget en snij in blokjes.
- Stoof zachtjes aan met de prei, de look en de gember in een bodempje kokosolie, zonder te laten kleuren.
- Bevochtig met 1 ½ liter bouillon, voeg het citroengras toe en laat op laag vuur sudderen.
- Snij de pompoen half door, verwijder de pitten en leg omgekeerd in een bakplaat. Giet er wat water bij en schuif gedurende een 20-tal minuten in een op 180 graden voorverwarmde oven.
- Als de pompoen gaar is, het vruchtvlies uitlepelen en fijn prakken.
- Verwijder het citroengras en mix de soep.
- Meng met de kokosmelk en het pompoenvlees, nog even opkoken en serveren. Garneer eventueel met koriander en geroosterde pompoenpitjes.