

Pompoen



Hapje

gebak

4 personen

Land: Amerika

Bereidingstijd: 45 minuten

Seizoen: herfst en winter



Ingrediënten

- 1 oranje pompoen in stukken en 10 minuten gekookt en gepureerd = 250 gr puree
- 3 dessertlepels bakpoeder
- 1/2 dessertlepel baksoda (zuiveringszout)
- 1/2 dessertlepel zout
- 3/4 dessertlepel gemberpoeder
- 1/2 dessertlepel kaneel
- 1/2 dessertlepel nootmuskaat
- 125 gram zachte boter
- 325 gram suiker
- 2 goed geklutste eieren
- 175 ml melk

- 75 gram gehakte walnoten

Bereidingswijze

1. Vermeng bloem, bakpoeder, baksoda, zout en de overige kruiden in een kom. Klop de boter en suiker in een andere kom tot een luchtige crème. Roer de eieren en pompoenpuree erdoor. Voeg geleidelijk toe aan de droge ingrediënten, afgewisseld door de melk. Spatel als laatste de walnoten erdoor.
2. Vul de muffinvormpjes voor driekwart met het beslag en bak ze in 25 minuten gaar in de oven (190°).

Tenslotte

Pompoenen zijn een zeer oud cultuurgewas. In Midden- en Zuid-Amerika werden al tussen 9000 en 7000 jaar v.Chr. pompoenen verbouwd. In de 16e eeuw werd de pompoen voor het eerst in Europa geïntroduceerd. De pompoen wordt geleverd door soorten van het geslacht Cucurbita, dat totaal een dozijn soorten omvat. De pompoen zien we vooral in het straatbeeld rond eind oktober. Pompoenen werden al geteeld door de Indianenvolkeren van het zuidoosten van de Verenigde Staten. Er zijn een aantal traditionele gerechten waarin pompoenpuree verwerkt wordt, zoals pompoentaart en pompoenbrood. Een heel lekker Libanees recept geef ik hier **Pompoen met Tahin**. Verhit de oven tot 190 graden. Snijdt 1 fles- of oranje pompoen geschild in parten en verwijder de zaden. Leg de parten in een braadslee, besprenkel ze met 4 el olie en leg een handvol blaadjes basilicum, 1 tak tijm in stukjes en 1 tak rozemarijn in stukjes erbij. Bestrooi met zout en 1/2 tl chilivlokken. Braad 40-45 minuten in de oven. Meng 4 el tahin, 1 teentje knoflook uit de knijper, 1 el olijfolie, sap van een 1/2 citroen, wat zout en 5 el water in een kom. Serveer de pompoen met de saus. Nu totaal iets anders **Roti met pompoen**. Schil 1 pompoen en snijd hem in blokjes. Bewaar de zaadjes! Schil 500 gr vastkokende aardappels en snijd ze in handzame stukken. Smeer 4 eendenpoten in met wat kerrie massala. Bak ze op het vel in een grote pan rondom knapperig. Haal ze uit de pan. Fruit vervolgens 1 grote gesnipperde ui, 2 gehakte tenen knoflook en 1 rode peper of madame Janet. Voeg 1 blikje tomatenpuree, 2 tomaten in stukjes, 2 maggiblokjes, 1 kopje gehakte selderij en 4 el kerrie massala toe en roer goed. Proef op kerrie en maggiblokjes: het mag écht niet te flauw zijn! Breng aan de kook en doe vervolgens de geschilde aardappels in de saus, daarop de pompoenblokjes en leg daar de eendenpoten op. Doe de deksel op de pan en laat het geheel in zeker 30, maar eerder 45 minuten gaar pruttelen. Verwarm 4 roti's uit de toko - de pannenkoeken - zoals op de verpakking staat. Staat er niks op, dan volstaat 1 minuut magnetron per stuk. Scheur stukjes roti af en eet daarmee de roti op. Niet knoeien, kerrievlekken gaan nauwelijks uit je kleren. Tot slot **Pompoenpuree**. Snijd 1 pompoen in stukken en kook in 10-15 minuten in weinig water gaar. Wel oppassen voor aanzetten! Giet af, zet de staafmixer erop en maal fijn. Voeg zout, peper en een snuf komijnpoeder toe. Voeg een flinke tl Pataks milde currypasta toe, plus een scheut kokosmelk. Stort de puree in een ingevette ovenschaal en zet gedurende 15 minuten in een voorverwarmde oven op 220 graden. Serveer met winterposteleinsalade en kip.