



Geroosterde Pompoensoep

DIRECTIONS:

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Snij de pompoen in de lengte door midden en verwijder de zaden en zaadlijsten.

Vet het snijvlak van de pompoen in met de olijfolie en smeer de ui en knoflook ook in met olijfolie,

Stop de knoflook en ui in de holtes van de pompoen en bestrooi alles met peper en zout.

Leg de pompoen helften met de snijvlakken naar boven in de oven op de bakplaat, op bakpapier om lekkage te voorkomen als de pompoen zachter wordt.

De pompoen mag 45 tot 60 minuten in de oven en is gaar als de bovenkant bubbelt en begint te verkleuren.

Haal de pompoen dan uit de oven en laat 30 minuten afkoelen op een rooster.

Schep vervolgens het vruchtvlees uit de schil in de blender (of als je een staafmixer gebruikt in een pan) en haal de schillen van de ui en knoflook en voeg ook dat vruchtvlees toe.

Indien je een blender of food processor hebt voeg je de 2 bouillon tabletten toe en 250 ml water (1 beker) en blender je tot alles fijn is.

Wanneer je met een staafmixer werkt doe je alle ingrediënten in een pan pureer je de soep met de staafmixer

Giet vervolgens alles over in een pan en voeg nog 250 ml water toe en warm de soep zachtjes op, maar laat niet koken.

Breng op smaak met peper en zout en voeg voor het serveren een scheutje kokosroom toe.



INGREDIENTS:

1 Flespompoen Van 1-2 Kilo
4 teentjes Knoflook In Schil
1 Rode Uit In Schil
2 blokjes Kippenbouillon
500 ml Water
Olijfolie
Peper/Zout
Cocosroom
Bakpapier

METRICS:

Difficulty: Easy
Attribution: Blender of
Foodprocesoor of Staafmixer