



V2: Noord-Afrikaanse pompoen-linzensoep

met Berbers geïnspireerde vegan pizza



ca. 30min



2 personen

Zin in soep? Wij ook! Vooral als het een hartige is, zoals deze pompoen-linzensoep die op smaak wordt gebracht met heerlijke harissapasta en bestrooid is met geroosterde pompoenpitten en verse tomaat. Maar het beste is de knapperige, romige pizza - geïnspireerd op een Noord-Afrikaans deeggerecht met een heerlijke vulling - die we erbij serveren. Geniet!

Wat je van ons krijgt

- 1 flespompoeen
- 1 ui
- 1 tomaat
- 200g rode linzen
- 1 rol pizzadeeg ¹
- 1 zakje za'atar-kruiden ¹¹
- 75g Willicroft vegan geraspte topping
- 25g pompoeenpitten
- 1 zakje harissapasta

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven met bakplaat
- kleine ovenschaal
- middelgrote kookpan met deksel
- staafmixer
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1173kcal, vet 45.4g, koolhydraten 154.4g, eiwit 33.6g



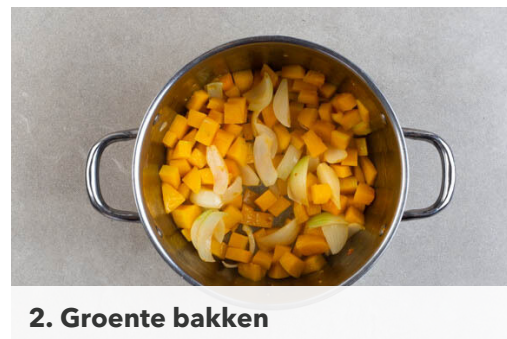
1. Groente snijden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Snijd de **pompoeen** in vieren, schep de pitten en draden eruit met een lepel, schil 'm en snijd in blokjes. Halveer, pel en snijd de **ui** in parten. Snijd de **tomaat** in vieren, schep het **vruchtvlees** eruit en houd apart.



4. Pizza voorbereiden

Rol het **deeg** met het bakpapier naar onder uit over een bakplaat en prik er met een vork wat gaatjes in. Bestrooi met de **za'atar** en verdeel de **vegan geraspte topping** over **een helft van het deeg**. Vouw de **andere helft van het deeg** erover en druk de **randen** goed samen. Bestrijk het **deeg** met 1tl olijfolie.



2. Groente bakken

Verhit een middelgrote kookpan op medium tot hoog vuur met 1el olijfolie en bak de **pompoeen, ui** en het **vruchtvlees van de tomaten** in ca. 5min goudbruin.



5. Pizza bakken

Bak de **pizza** in 15-20min goudbruin in de oven. Doe de **pompoeenpitten** in een kleine ovenschaal en bak ca. 10min mee in de oven. Snijd de **tomaten** in kleine blokjes.



3. Soep koken

Blus de **groente** af met 600ml water en breng aan de kook. Roer de **helft van de linzen** met 1tl zout erdoor, leg een deksel op de pan en laat ca. 15min zachtjes koken op middelhoog vuur.



6. Soep pureren

Roer de **harissapasta** naar smaak door de **soep** en pureer de **soep** glad met een staafmixer. Breng op smaak met peper en zout. Verdeel de **pompoeen-linzensoep** over diepe borden en bestrooi met de **tomaatblokjes** en de **pompoeenpitten**. Besprenkel elk bord met ½tl olijfolie. Snijd de **pizza** in stukken en serveer bij de **soep**.