



Special: winterse pompoenwellington

met tijmjus en rodekoolsalade



30-40min



2 personen

Vandaag maken we een vegetarische variant op de beef wellington. Met al het heerlijk dat het winterseizoen te bieden heeft: nootachtige pompoen met champignonpasta en krokant bladerdeeg, geserveerd met een geraffineerde tijmjus. De knapperige rodekoolsalade met walnoten en appels zal niet alleen vegetariërs gelukkig maken!

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 250g champignons
- 20g verse kruidenmix: oregano, platte peterselie en tijm
- 1 mini Hokkaido-pompoen
- 1 blokje harde kaas^{3,7}
- 1 rol bladerdeeg¹
- 10g groentebouillonpoeder
- 25g walnoten¹⁵
- 1 appel
- 200g rodekoolreepjes

Wat je thuis nodig hebt

- boter⁷
- bloem¹
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met bakplaat
- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- keukenrasp

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1078kcal, vet 67.2g, koolhydraten 93.2g, eiwit 21.3g



1. Ingrediënten snijden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Halveer en pel de **ui** en hak **een helft** fijn. Pel en hak de **knoflook** fijn. Borstel de **champignons** schoon en snijd ze in plakjes. Pluk de **oreganoblaadjes**. Snijd de **pompoen** doormidden, verwijder de draden en pitten, en snijd de **helft van de pompoen** in blokjes. Gebruik **rest van de pompoen** voor een ander recept.



4. Wellingtons bakken

Leg de **Wellingtons** met het bakpapier op een bakplaat en snijd de bovenzijde ca. 4x schuin in. Voor extra glans kun je evt. het **deeg** met een losgeklopt ei of een beetje water bestrijken. Bak de **Wellingtons** 30-35min in de oven, tot ze goudbruin en krokant zijn.



2. Champignons bakken

Verhit een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **gehakte ui**, de **helft van de knoflook**, de **champignons** en de **oregano** in ca. 5min zacht. Rasp de **kaas** fijn en doe samen met de **groenten** en 1tl boter in een hoge (maat)beker. Pureer glad met een staafmixer. Veeg de pan schoon.



5. Jus maken

Snijd de **andere uienhelft** in fijne reepjes. Verhit de koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **ui** met de **rest van de knoflook** 2-3min. Bestuif met 1tl bloem, bak ca. 20sec mee en roer dan de **helft van het bouillonpoeder**, de **tijm incl. steeltjes** en 200ml water erdoor. Breng kort aan de kook met een snuf peper en suiker. Laat de **jus** ca. 10min zachtjes koken.



3. Deeg oprollen

Rol het **deeg** met bakpapier uit, snijd het in twee rechthoeken en bestrijk met de **champignoncrème**. Verdeel de **pompoen** over de onderste helft van elk stuk **deeg** en bestrooi met een flinke snuf zout en peper. Vouw de lange zijden over de **vulling** en rol dan het **deeg** vanaf de onderzijde op zodat een soort brede rollen ontstaan.



6. Salade mengen

Hak de **walnoten** en de **peterselie incl. steeltjes** grof. Verwijder het klokhuys en snijd de **appel** in dunne plakjes en hussel ze om met de **rode kool**, de **walnoten**, de **peterselie**, 2el olijfolie, 2el azijn en een flinke snuf zout en peper tot een **salade**. Vis de **tijmtakjes** uit de **jus**. Serveer de **Wellingtons** met de **jus** en de **salade**.