



Gevulde minipompoenen

met emmentaler en veldsla



ca. 40min



2 personen

Wij halen onze inspiratie voor lekkere recepten overal vandaan. In restaurants, uit kookboeken, op blogs en ook bij vrienden thuis. Toen onze chef Martina klein was, at ze vaak bij een vriendinnetje wier moeder heerlijk vegetarisch kon koken. Met dit recept voor pompoentjes gevuld met brood en emmentaler ben je vast net zo blij als de kleine Martina!

Wat je van ons krijgt

- 2 kleine Hokkaidopompoenen
- 1 baguette ¹
- 1 prei
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 100g belegen Gouda, geraspt ⁷
- 25g pompoenpitten
- 100g veldsla

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan

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

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1107kcal, vet 66.8g, koolhydraten 89.4g, eiwit 32.5g



1. Pompoenen uithollen

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Snijd de kapjes van de **pompoenen**, schep de pitjes en het vezelige vruchtvlees eruit met een lepel. Snijd een klein stukje van de onderkant van de **pompoenen** zodat ze mooi rechtop staan. Leg de **pompoenen** met de **kapjes** ernaast op een bakplaat met bakpapier en plaats direct in de voorverwarmende oven.



4. Pompoenen vullen

Vul de voorgebakken **pompoenen** en rooster de **pompoenen** dan nog eens ca. 15min in de oven, tot ze gaar zijn. Het is niet erg als de schil donker wordt, je hoeft deze niet te eten.



2. Croutons maken

Snijd ca. $\frac{2}{3}$ e van het brood (of meer) in blokjes en hussel om met 1el olijfolie en een snuf peper en zout. Leg het **brood** op de bakplaat naast de **pompoen**, zodra de oven op temperatuur is. Rooster 3-4min, verwijder dan de **croutons** en rooster de **pompoen** nog eens ca. 10min.



5. Pompoenpitten roosteren

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur zonder olie en rooster de **pompoenpitten** 2-4min, tot ze knisperend en goudbruin zijn. Neem ze uit de pan en laat afkoelen.



3. Vulling maken

Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in fijne reepjes. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **prei** met een snuf zout in 3-4min zacht. Meng de **croutons** met de **prei**, de **crème fraîche** en de **kaas**. Breng de **vulling** op smaak met peper en zout. Veeg de pan schoon.



6. Salade mengen

Klop een **dressing** van 1el olijfolie, 1el azijn en een snuf peper en zout en meng kort voor het serveren met de **veldsla** en de **pompoenpitten**. Serveer de **pompoenen** met de **salade**.