

☆ FEESTDAGEN SPECIAL



Crespelle met pompoen en emmentaler

met een chutney van ui en vijgen



ca. 40min



2 personen

Zo'n beetje elk land heeft z'n eigen versie van de pannenkoek. In Frankrijk zijn het crêpes, de Duitsers eten graag palatschinken en in Italië serveert men crespelle. Net als jij vandaag, want chef Martina ontwikkelde deze fijne vegetarische variant voor je. Met geroosterde pompoen, gekarameliseerde uien en - niet te vergeten - een hele geslaagde kaassaus van emmentaler.

Wat je van ons krijgt

- 1 mini Hokkaido-pompoen
- 5g verse tijm
- 2 rode uien
- 1 zakje gedroogde vijgen
- 1 pakje tarwebloem ¹
- 2 pakjes volle melk ⁷
- 2 eieren ³
- 1 stuk Emmentaler
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}
- 1 teen knoflook
- 1x babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- balsamicoazijn ¹⁷
- olijfolie
- peper en zout
- boter ⁷

Kookgerei

- 2 kleine kookpannen
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- oven met bakplaat
- staafmixer met maatbeker

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

Kooktip

Warm overgebleven kaassaus de volgende dag op en serveer als kaasfondue.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 790kcal, vet 30.6g, koolhydraten 98.6g, eiwit 26.9g



1. Pompoen roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C. Halveer de **pompoen**, schep de zaden eruit en snijd 'm in plakken van ca. 2cm dik. Verdeel de **pompoen** en de **tijm** over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olijfolie en een flinke snuf zout en peper. Rooster in 20-25min gaar en goudbruin in de oven. Draai de **plakken** halverwege een keer om.



4. Roux maken

Meet **300ml melk** af en zet apart. Rasp de **emmentaler** en **harde kaas** grof. Pel en hak de **knoflook** fijn. Smelt op middelhoog vuur 1el boter in een kleine kookpan. Voeg **1el bloem** toe en roer 1-2min met een garde. Zorg dat de **roux** niet bruin wordt.



2. Chutney maken

Pel en snijd de **uien** in dunne parten. Verhit een kleine kookpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en voeg de **ui** met een snuf zout toe. Bak in ca. 4min glazig. Draai het vuur laag en voeg de **vijgen** toe met 4el water, 1el balsamicoazijn en 1/2tl honing. Laat het geheel nog ca. 4min zachtjes koken.



5. Bechamel maken

Voeg heel langzaam en al roerend met de garde de **300ml melk** toe. Kook al roerende 1-3min, tot de **sous** wat indikt. Neem de pan van het vuur en roer de **kaas** erdoor. Breng de **sous** op smaak met zout en peper en voeg evt. **meer melk** toe als je 'm te dik vindt.



3. Crespelle maken

Klop een **beslag** van **125g bloem**, **125ml melk**, 75ml water, 1el olijfolie, **1 ei** en een flinke snuf zout. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Voeg een **soeplepel beslag** toe en bak 1-2min. Keer de **pannenkoek** om en bak nog ca. 1min. Herhaal tot het **beslag** op is. Gebruik evt. 2 koekenpannen om sneller te werken.



6. Kaassaus afmaken

Beleg de **crespelle** met **pompoen**, **spinazie** en **uien-vijgenchutney** en serveer met de **kaassaus** (zie tip, links).