

## Ruuds familierecept voor heerlijke Pompoensoep

### Ingrediënten (voor vier personen)

#### Voor de soep

- 600 g Hokkaido of flespompoen
- 1 grote of 2 kleine uien
- 1 zoete aardappel
- 1 gele of oranje paprika
- 1 rode peper
- 2 groentebouillon blokjes
- 200 mL ongezoete kokosmelk
- 3 theelepels kerrie
- Zonnebloemolie
- Zout en peper naar smaak

#### Voor de toevoegingen

- Blokjes paprika
- Gebakken pompoenstukjes
- Geroosterde pompoenpitten
- Klein blikje linzen



### Bereiding

1. Was de pompoen, verwijder de pitten en snijdt de pompoen met schil en al in stukken van 3 bij 3 cm. Houdt een stukje pompoen apart
2. Schil de zoete aardappel en snij deze ook in stukken
3. Snipper de uien en de paprika in niet te kleine stukken, houdt een stukje paprika apart
4. Snij de rode peper in kleine stukjes. Wil je minder pittig, verwijder dan eerst de zaadjes en zaadlijsten
5. Verwarm in een grote pan 2 à 3 eetlepels zonnebloemolie. Voeg de pompoen, aardappel, uien en paprika tegelijkertijd in de pan en fruit net zolang tot ze beginnen te kleuren. Voeg de kerrie toe en bak deze ook mee, voeg daarna de rode peper toe
6. Voeg de kokosmelk toe, verkruimel de bouillonblokjes in de pan en voeg zoveel water toe tot alles net onder staat.
7. Doe een deksel op de pan en laat de soep pruttelen tot de groenten zacht zijn (ongeveer 20 minuten)
8. Pureer de soep met een staafmixer en breng op smaak met zout en peper

Terwijl de soep staat te pruttelen kun je de toevoegingen bereiden

1. Snij de pompoen in kleine blokjes van 0.5 cm en bak deze in de koekenpan met olie
2. Rooster gedroogde pompoenpitten in een koekenpan totdat ze mooi bruin zijn
3. Snij een voorjaarsuitje in kleine ringetjes en snijdt de paprika in kleine blokjes
4. Open een klein blikje linzen en spoel in een zeef onder de kraan. Doe alle toevoegingen apart in bakjes

# Fief

## Serveren

Schep de soep in een kom of diep bord en doe er dan de toevoegingen bij die jij lekker vindt. Eet er geroosterde boterhammen of een lekker knapperig brood bij. Als toevoeging kun je ook ringetjes bosui of stukje feta gebruiken.