

Wat te doen met je pompoen

Ik vind het handig om vroeg leeggekomen stukken tuin, bijvoorbeeld waar de aardappels hebben gestaan, te bedekken met pompoenen. Je kunt ze al planten naast het aardappelveld, en als het zover is leg je de groeiende ranken uit over het lege stuk tuin, dat al spoedig helemaal is gevuld met grote bladeren en uiteindelijk natuurlijk ook pompoenen. Ik kweek meestal drie soorten, de grote oranje die decoratief bij je voordeur kunnen liggen, de kleine ochuki nori, die met hun feloranje kleur alle maaltijden opvrolijken, en de flessehalspompoen, de enige die nog een beetje naar iets smaakt en ook een hanteerbaar formaat heeft.

Als het tuinjaar zijn einde nadert liggen daar dan die pompoenen te wachten op een goede bestemming. Gelukkig kun je ze wel een paar maanden bewaren, maar eens moet het er toch van komen, daarom een paar supereenvoudige recepten.

Pompoensoep met veel smaak

De beste oplossing voor de grote knakkers. In blokjes snijden, evenals een grote ui en een paar winterwortels voor nog een mooiere oranje kleur. Zacht koken in sinaasappelsap. Dan pureren. Bouillonblokjes toevoegen, geraspte verse gember, wat kerrie en een pakje of blikje kokosmelk. Wie van pittig houdt kan er nog een spaans pepertje doorheen snipperen.

Pompoenstampot

Pompoen en aardappels en winterwortel in blokjes zacht koken en pureren met wat melk. Op smaak brengen met peper en zout en blokjes salami of chorizo.

Pompoen-kaas –ovenshotel

Pompoen en aardappel in blokjes tien minuten koken. Stampen met melk of zure room en een rode paprika in blokjes toevoegen. In een overschotel doen, blokjes kaas erop leggen, 20 minuten in de oven..klaar.

Pompoensalade

Pompoentje schillen en in dunne parten snijden. De partjes wentelen in olijfolie met wat rozemarijn en knoflook. Half uurtje in de oven roosteren op een bakplaat. Dan mengen met sla of rucola, en tomaatjes en afmaken met wat peper, zout en azijn. Als versiering nog wat geroosterde pompoen- of pijnboompitten eroverheen.

Lekkernijen van pompoen

Als je nog een stuk pompoen hebt overgehouden kun je dat als volgt verwerken.

Pompoenjam.

Blokjes pompoen koken in sinaasappelsap. Gedroogde abrikozen meekoken. Als alles zacht is pureren. Dan afhankelijk van de hoeveelheid (1 liter is ongeveer een kilo fruit)geleisuiker erbij en even doorkoken. Vul dan goed schoongemaakte jampotten met deze heerlijke zachte fruitige oranje jam

Pompoenchutney

Pompoen grof snipperen evenals een flinke ui en zacht bakken. Dan een moesappel in stukjes toevoegen, een gesnipperde rode peper, een flinke lepel bruine basterdsuiker (maar gewone kan ook) een gesnipperde teen knoflook, wat geraspte gember of gemberpoeder, snufje kruidnagel, peper en zout en een handjevol rozijnen. Azijn toevoegen tot alles onder staat. Langzaam laten inkoken tot je met je lepel een spoor kunt trekken over de bodem van de pan. Dan de warme chutney in jampotjes doen. Dit recept kan ook voor grotere hoeveelheden worden gebruikt, maar let op dat de pan breed genoeg is om de massa te laten inkoken.

Na ongeveer een week is de chutney op smaak. Heerlijk bij rijstgerechten, bij brood met kaas of bij de capucijners.

Pompoencake

Maak een cakebeslag van een kant-en-klaar mengsel, maar neem de helft van de voorgeschreven boter. Rasp een stuk pompoen fijn en voeg dit toe, evenals de geraspte schil van een citroen. Verder bakken als aangegeven. Zo krijg je een bijzondere en gezondere cake, die zich ook goed laat invriezen.

Veel plezier ermee,