

Aardappel ovenschotel á la Moerwijk Moeders



20 min bereiden
20 min oventijd

Bereiden

1. Schil de aardappelen en snijd ze door vieren.
2. Kook de aardappels 20 minuten gaar.
3. Giet na 20 minuten af, doe de boter en melk in de pan met de aardappels en stamp ze tot het puree is.
4. Bestrooi de aardappel met wat zout en nootmuskaat.
5. Snijd de uien fijn en de champignons in stukken.
6. Bak daarna de uien en champignons gaar in een pan en breng eventueel op smaak met wat zout en peper.
7. Besmeer de ovenschaal in met olie.
8. Doe de helft van de hoeveelheid van de puree plat in de ovenschaal en verdeel daarover de champignons en uien overheen.
9. Voeg daarna de rest van de puree over de champignons en de uien heen.
10. Breek het beschuit in stukjes en strooi het erover heen.
11. Bak de ovenschotel 20 minuten in de oven gaar.

Ingrediënten 2 of 4 personen	2P	4P
kruimige aardappel (kg)	0,5	1
champignons (gram)	250	500
ui (stuks)	1	2
Zelf toevoegen		
melk (ml)	75	150
boter (gram)	15	30
olie (ml)	10	20
beschuit (stuks)	1	2
peper en zout (naar smaak)		
nootmuskaat (naar smaak)		

Pompoensoep à la Moerwijk Moeders



40 min bereiden

Bereiden

1. Snij de pompoen doormidden en verwijder de pitten. Schil de pompoen vervolgens en snijd in grove blokken.
2. Schil de zoete aardappel en wortel en snijd in grove blokjes.
3. Schil de gember en rasp de gember vervolgens.
4. Snijd de ui en knoflook fijn. Verhit een soeppan met roomboter en fruit de ui, knoflook en gember aan.
5. Voeg de paprika en kerriepoeder toe.
6. Voeg de wortel, pompoen, en zoete aardappels toe en bak kort aan (5 min).
7. Voeg het water met de bouillon toe en laat het 20 minuten koken.
8. Haal de soep van het vuur en blend de soep met een staafmixer.
9. Garneer de soep met een scheutje kokosmelk en serveer eventueel met plakjes stokbrood.

Ingrediënten 2 of 4 personen	2P	4P
flespompoen (stuks)	1	1
winterpeen (stuks)	1	2
ui (stuks)	1	2
knoflook (teentjes)	1	2
zoete aardappel (stuks)	1	2
gember (cm)	1	1
Zelf toevoegen		
roomboter (el)	1	1
paprikapoeder (tl)	1	1
kerriepoeder (tl)	1	1
bouillon (blokje)	2	2
water (liter)	1	1
kokosmelk(ml)	200	200
Optioneel: stokbrood	1	1

Pasta schotel met geroosterde pompoen



30 min bereiden 25 min oven

Bereiden

1. Verwarm de oven voor 200 graden.
2. Schil de pompoen en snijd de pompoen in blokjes van 2 cm.
3. Verdeel de pompoenblokjes over een ovenschaal/bakplaat, besprenkel met wat olijfolie, oregano, peper en zout en rooster ze in de voorverwarmde oven voor 20 minuten
4. Terwijl de pompoen in de oven zit, kook je de pasta volgens de aanwijzingen op de verpakking.
5. Snipper de ui fijn en hak de knoflook fijn.
6. Fruit in een aparte pan ui en knoflook aan.
7. Voeg de geroosterde pompoen en pasta toe aan de knoflook en de ui.
8. Voeg dan de tomaten frito toe, breng nog op smaak met peper, zout en chili.
9. Laat dit op laag vuur een paar minuten sudderen.
10. Schep het pasta mengsel voor de helft in een ovenschaal.
11. Snijd de mozzarella in plakjes en leg ze bovenop de pasta.
12. Hak de walnoten grof en verdeel ze over de pasta.
13. Zet de ovenschotel in de oven en bak nog eens 5 minuten totdat de mozzarella gesmolten is.

Ingrediënten 2 of 4 personen	2P	4P
fles pompoen (stuks)	1	1
knoflook (stuks)	2	4
ui (stuks)	1	1
Zelf toevoegen		
pasta (gram)	140	280
tomaten frito (gram)	212	350
mozzarella bol (stuks)	1	2
olijfolie (el)	1	2
walnoten (gram)	25	50
chilipoeder (tl)	0,5	1
oregano (tl)	1	1
tijm (tl)	1	1
peper en zout (naar smaak)		

Zoete aardappel curry met boontjes



35 min bereiden

Bereiden

1. Schil de zoete aardappelen en snijd ze in blokjes van 1 bij 1 cm.
2. Maak de wortel en de prei schoon. Snijd de wortel in plakken en de prei in ringen.
3. Verhit een pan met olie en fruit de prei aan en voeg hierbij ook de kerriepoeder toe.
4. Voeg de blokjes aardappel, wortel en het water toe en stoof de groenten in 10 minuten gaar.
5. Spoel de zwarte bonen af.
6. Schep de zwarte bonen en de kokosmelk door de groenten en laat nog 3-5 min op het vuur staan.
7. Was de selderij en snijd het fijn.
8. Maak het gerecht op smaak met wat klein gesneden limoenschil, het limoensap en voeg de selderij toe.

Ingrediënten 2 of 4 personen	2P	4P
prei (stuks)	1	2
winterpeen (stuks)	1	1
zoete aardappel (gram)	400	800
Zelf toevoegen		
zwarte bonen (gram)	250	500
selderij (takjes)	6	12
olijfolie (el)	2	4
kokosmelk (el)	2	4
kerriepoeder (el)	1	2
limoen (stuks)	0,5	1
water (el)	5	10
peper en zout (naar smaak)		