



13 november 2024

Pumpkins Are Orange presenteert

Deel 4 in de reeks "Koken met de seizoenen"

## Met pompoenen Butternut en Hokkaido in de hoofdrol,

grootse, niet te onderschatte bijrollen voor Golden Jona, Kabeljauw, Scamorza & Spelt Pasta.

Veel kookplezier!



## Apero met hapje

### Pompoen Mimosa

<https://oktoberdots.com/herfst-cocktail-pompoen-mimosas/>

#### recept voor 8

- 750 ml Prosecco of Cava
- 375 ml Pumpkin Juice
  - Pompoen, appel, bloedsinaas (optioneel), 100g verse gember
- 50 ml appelsap
- 1 el kaneelpoeder

Maak eerst het suikerrandje aan je glas zodat dit tijd heeft om een beetje uit te harden. Meng suiker en kaneel door elkaar op een bord met een randje of een ondiepe kom. Dip de rand van je glas in appelsap (citroensap werkt ook maar is niet zo lekker met kaneel) en daarna in de kaneelsuiker.

Vervolgens is het "recept" voor dit fantastische herfstdrankje heel simpel. Je vult een (wijn) glas met 1/3 pumpkin juice en voegt daar vervolgens 2/3 prosecco aan toe.

## Krokante pompoenkoekjes met zure room en mierikswortel

<https://www.libelle-lekker.be/bekijk-recept/80833/krokante-pompoenkoekjes-met-zure-room-en-bieslook-1>

#### Ingrediënten voor 20st

- 375 g vastkokende aardappelen
- 375 g pompoen (vruchtvlees)
- 2 teentjes knoflook
- 1 rode ui fijn gesneden
- 1 sjalot gijn gesneden
- 3 el peterselie
- 250 g paneermeel + panko
- 300 g zure room
- 3 el mierikswortel
- olijfolie
- peper en zout



#### bereiding

- Schil de aardappelen en snij ze in stukken. Snij het pompoenvlees in gelijke stukken. Kook de pompoen samen met de aardappelen gaar en giet af. Pureer ze grof
- Pers de knoflook en snij rode ui en de sjalot fijn.
- Meng ze samen met de gehakte peterselie door de puree en kruid met peper en zout.
- Maak 20 koekjes van het mengsel en haal ze door het paneermeel met de panko.
- Verwarm een flinke scheut olijfolie in een pan en bak de koekjes langs beide kanten goudbruin en krokant.



- Breng de zure room op smaak met de mierikswortel, peper en zout.
- Doe de room in een spuitzak, spuit op elk koekje een toefje zure room en werk af met de rode shiso.
- Serveer meteen.

## Pompoenrosti

### Ingrediënten voor 10st

- 300 g pompoen, grof geraspt
- 1 ui, fijngesnipperd of grof geraspt
- evt 1 teen knoflook, geperst
- 1 ei, los geklopt
- 2 el spelt of tarwemeel
- 30 g geraspte kaas naar wens
- 1/2 tl zout peper
- 1 tl korianderpoeder
- evt 1 tl gemberpoeder
- evt een handvol hazelnoten, grof gehakt of pompoenpitten.
- olijfolie om in te bakken



### Bereiden

- Meng de ingrediënten, behalve de olijfolie, door elkaar met een vork of met de hand.
- Verhit een scheutje olie in een koekenpan of in een ruime wok, leg kleine hoopjes van het mengsel in de olie en druk ze plat.
- Bak de platte koekjes aan beide kanten. Heerlijk krokant bijgerecht of een hartige snack voor tussendoor.

Serveer eveneens met de zure room

- Variatie met geraspte aardappel: Meng door het mengsel naast geraspte pompoen ook geraspte rauwe aardappel.



## Pasta met pompoensaus en scamorza

### Ingrediënten voor 4

- 1 kg flespompoeen
- 2 blaadjes laurier
- 5 takjes tijm
- 1 takje rozemarijn
- 2 sjalotten, gesnipperd
- 2 teentjes look, gepeld
- 4 dl bouillon naar smaak
  - Afhankelijk van de stevigheid van de pompoen hoeveelheid aanpassen
- 0.5 bussel basilicum
  - Blaadjes afgeplukt
- Olijfolie of boter
- indien gewenst, room
- zout en peper
- 200 g pasta naar keuze
  - Lange voor onmiddellijk gebruik
  - Korte voor een gegratineerde versie
- 120 g scamorza, gemalen of geraspt



### Bereiden op 2 manieren

- Maak de saus
- Snijd de pompoen in 4 stukken en verwijder de zaadjes.
- **Bereiden in de oven**
  - Snijd het vruchtvlees enkele keren in.
  - Steek de kruiden gelijkmatig in de pompoen.
  - Besprenkel met olijfolie en zout, en pak de parten in met aluminiumfolie.
  - Pof de parten ongeveer 25 minuten in een oven van 180°C.
  - Ontdoe de pompoen van de kruiden en haal het gare vruchtvlees van de schil.
- Fruit ondertussen de sjalot, voeg het gare pompoenvlees toe en blus af met de fond.
- **Bereiden op het vuur**
  - Sjalotten zachtjes aanstoven tot glazig en gaar
  - Pompoen ontdoen van de schil, in gelijke blokjes snijden en toevoegen aan de sjalot
  - Look en kruiden toevoegen, even laten stoven
  - Bouillon toevoegen en laten garen op zacht vuur



- Laat het geheel 15 minuten zachtjes trekken en draai het vervolgens fijn in een blender of keukenmachine. Voeg de basilicum toe en blend kort mee.
- Monteer naar smaak met boter of voeg room toe en breng op smaak met zout en peper.
- Pasta koken in voldoende water met zout
- Afgieten en mengen met de saus, onmiddellijk serveren in warme borden.
- Serveer de kaas apart.

#### Serveertips

- Als hoofdgerecht met geroosterde stukken pompoen er apart bij.
- Lekker met geitenkaas ipv scamorza, verwerk dan ook een paar el agavesiroop in je saus.
- Rooster en hak wat hazelnoten en pompoenpitten en strooi ze er net voor het serveren over.



## Drie bereidingen van flespompoen met kabeljauw en uiennoedels

### Ingrediënten voor 6

- Uiennoedels
  - 600 gram grote uien
  - 1 liter pekewater, 3% zout
  - 1 kg. boter, gesmolten
  - Peper, zout
- Geroosterde pompoenpuree
  - 1 kleine flespompoenen
  - 50 g boter
  - Snufje geroosterde paprika
  - Peper & zout
- Zoetzure pompoen ( voor 500 g basisrecept)
  - 500 g flespompoen
  - 300 ml. Sushiazijn (of alternatief)
  - 200 ml. water
  - 150 g suiker
  - 2 stuks steranijs
  - 1 citroengras, gekneusd
  - 1/2 kaneelstokje
- Witte wijn saus
  - 25 gram boter
  - 2 laurier
  - 2 sjalot, gesnipperd
  - 5 dl witte wijn
  - 7 dl visbouillon
  - 3 dl culinaire room
  - naar behoefte citroensap
  - naar behoefte zout en peper
- Geroosterde pompoen
  - 0.5 hokkaido
  - Olijfolie
  - Kruiden
- Kruidenolie (1 x basisrecept)
  - 70 g bieslook
  - 70 g dille
  - 70 g kervel
  - 0.5 l neutrale olijfolie
- De kabeljauw
  - 750 g kabeljauwrugfilet met vel
  - 6 dunne sneetjes volkorenbrood
  - olijfolie
  - boter
  - fleur de sel



## Bereiden

- Uiennoedels
  - Gebruik een Chinese mandoline of een Lurch en draai lange slierten van de uien.
    - Of snijd fijn met de mandoline of snijmachiene
  - Doe de uien samen met het pekewater in een vacuümzak en vacumeer.
  - Laat minimaal 8 uur in de koeling intrekken en laat de uienlierten vervolgens in een zeef uitlekken.
  - Laat de boter rustig pruttelen, voeg de uiennoedels toe en laat ongeveer 5 minuten rustig stoven.
  - Giet in een zeef en vang de boter op voor een volgende bereiding, want de smaak wordt alleen maar beter.
  - Breng de noedels eventueel op smaak met eendenvet en een beetje zout.
  - Vorm er met behulp van een vleesvork mooie strakke rolletjes van.
- Pompoencreme
  - Breng de temperatuur van de barbecue naar 150°C.
    - Kan ook in de oven
  - Snijd de pompoenen in de lengte doormidden.
  - Pof de pompoenen 35 minuten met de schil naar beneden op het rooster totdat de pompoen van binnen mooi zacht is.
  - Schraap de pompoen leeg en draai de massa fijn met roomboter, kruiden, zout en een beetje water.
- Zoetzure pompoen
  - Doe de azijn, water en suiker in een pan en verhit totdat de suiker is opgelost.
  - Voeg de overige ingrediënten toe en laat het 5 minuten op laag vuur trekken.
  - Snijd of schaaf dunne, rechthoekige strips van de pompoen.
  - Giet het mengsel met de specerijen kokend over de pompoenstrips en zet het afgedekt aan de kant
  - Laat minimaal 24 uur staan, zodat alle smaken goed in de pompoen kunnen trekken.
- Witte wijn saus
  - Verhit de boter in een ruime pan.
  - Voeg laurier en sjalot toe en fruit licht aan.
  - Blus af met witte wijn en reduceer tot een kwart.
  - Voeg de visbouillon toe en reduceer tot de helft.
  - Voor de room toe en reduceer tot je de gewenste consistentie hebt bereikt.
  - Zeef door een fijne puntzeef.
  - Breng op smaak met citroensap, peper en zout.
- Kruidenolie
  - Kruiden grof hakken
  - Samen met de olie in de TM blenden
    - Stand 4, 50°C, 10 minuten
  - Passeren, rustig laten uitlekken door een neteldoek of koffiefilter
- Geroosterde pompoen
  - Hokkaido pompoen halveren, ontpitten en in parten snijden
    - Schillen is niet noodzakelijk, deze pompoensoort heeft een zacht schil die goed gaart.
  - Insmeren met olijfolie, pezo en kruiden naar smaak.



- Op een met bakpapier bedekte ovenschaal leggen
- 10 minuten bakken in de oven op 170°C
- Draaien en verder garen.
- De vis
  - Portioneer de kabeljauwrugfilet in gelijke stukken.
  - Snijd het volkorenbrood met een snijmachine in flinterdunne plakken.
  - Snijd de plakjes vervolgens net zo groot als de porties kabeljauw.
  - Leg de kabeljauw met het vel op het brood.
  - Verwarm een combinatie van olie en boter in een pan en bak de kabeljauw op lage temperatuur op de broodkant goudbruin.
  - Warm zachtjes op onder de salamander en breng op smaak met Fleur de Sel.





## Dessert met appel en pompoen

### Ingrediënten voor 10

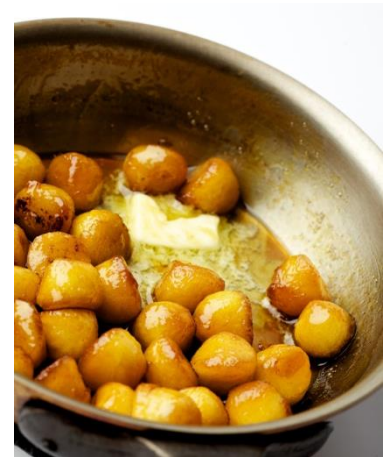
- Appeltaart crème
  - 1 kg knapperige jonagold appel, in brunoise gesneden
  - 20 g pectine
  - 400 g donkere basterdsuiker
  - 30 g citroensap
  - 4 g kaneelpoeder
- Bladerdeeg krokant gebakken
  - 1 rol bladerdeeg
  - Bloemsuiker
  - 2 vellen bakpapier
- Pompoenespuma
  - 1 kg flespompoen
    - Eventueel bijzoeten met agavesiroop of ahornsiroop
  - 9 g bladgelatine
  - 2 limoenen, sap
  - 1/8<sup>ste</sup> tl gemberpoeder
  - 1 tl zout
  - 200 slagroom
- Gebakken appel
  - 4 appel, Jonagold
  - 2 eetl. neutrale olie of geklaarde boter
  - 50 g rietsuiker
  - 1 dl Calvados (optioneel) of appelsap
  - 50 g boter
- 1 l vanille-ijs

### Bereiden

- Appeltaart crème
  - Meng suiker en pectine grondig.
  - Voeg dit toe aan de appels, citroensap en kaneel in een grote gastronormbak en meng goed door.
  - Bak het appelmengsel 1 uur in de oven op 100°C om ze uit te laten drogen en zachte te laten worden.
  - Stort het gedeeltelijk gegaarde mengsel in een grote pan en kook het verder op hoog vuur terwijl je stevig roert.
  - Gaar de mix tot een confituur-achtige, stroperige consistentie heeft.
  - Pureer met een staafmixer gedurende een goede minuut om grote stukken weg te pureren.
  - Doe in spuitzakken en bewaar in de koelkast tot gebruik.
- Bladerdeeg bakken
  - Bakpapier bestrooien met bloemsuiker
  - Bladerdeeg er op leggen



- Opnieuw bestrooien met bloedsuiker
- Herhalen en afsluiten met bakpapier
- Uitrollen en tussen 2 bakplaten afbakken op 160°C, 15 tot 20 minuten
- Laten afkoelen op een rooster
- Pompoenespuma
  - Schil de pompoen met een dunschiller en snijd in stukken. Verwijder de zaden en duw de stukken pompoen door een sapcentrifuge. Je hebt nu ongeveer 500 milliliter sap.
  - Leg de gelatineblaadjes 10 minuten in ijskoud water.
  - Kook in de tussentijd het sap van de pompoen op laag vuur in tot 300 milliliter.
  - Knijp de gelatinevellen uit en klop ze door het warme gereduceerde pompoensap.
  - Haal van het vuur en breng op smaak met limoensap, gemberpoeder en zout.
  - Wrijf door een zeef.
  - Voeg de slagroom toe en meng goed door.
  - Doe dit mengsel in een sifon, belucht met 1 patroon en bewaar tot gebruik in de koeling.
- Gebakken appel
  - Snijd de appel in de gewenste vorm.
    - Zorg voor een 5 tal bolletjes per persoon
  - Bak de appel kort in de geklaarde boter of olie.
  - Voeg de rietsuiker toe en laat zonder te schudden kort karamelliseren.
  - Karamelliseer de appel nu rondom en blus af met de Calvados. Kook in tot licht stroperig.
  - Voeg stukjes boter toe zodat een mooie karamel ontstaat.



Serveren met vanille-ijs en een espresso

