



Pompoensoep

Recept voor Romige Pompoensoep met cashewnoten en citroen

Vorig jaar mengde ik pompoen uit de oven met zelfgemaakte cashew-room die ik nog in de koelkast had staan. Het werd direct onze nieuwe favoriet. Inmiddels heb ik bijna al onze pompoenen veranderd in deze soep. En dat zijn er veel. Het soepje is lekker zoet, omdat de pompoen in de oven langzaam karamelliseerd. Het frisse van de citroen brengt hem in evenwicht. Er gaan dan ook geen bouillonblokjes in, is niet nodig. Ik kan de smaak moeilijk uitleggen, eigenlijk zou je 'm eens moeten maken.

Ingrediënten

Voor 4 kommen soep

- 1 grote flespompoen van 2 kilo, of 2 kleine (wij hebben ze met geel vruchtvlees, zogenaamde spaghettipompoenen)
- 80 gram ongebrande cashewnoten, geweekt in water
- 2 eetlepels citroensap naar smaak
- 1/2 tl zout naar smaak
- Pompoenpitjes

Bereiding

Bereidingstijd: 50 minuten

1. Verwarm de oven voor op 190 graden.
2. Snijd 1 grote flespompoen over de lengte doormidden.
3. Leg de pompoen met het snijvlak naar boven, op een bakplaat met bakpapier.
4. Bak de pompoen minimaal 30 minuten in de oven op 190 graden, totdat het vruchtvlees helemaal zacht is en je er gemakkelijk met een mes in kunt prikken.
5. Schep de zaadjes met een lepel uit de pompoen, deze kunnen weg.
6. Schep het vruchtvlees uit de pompoen, de schil gebruik je niet.
7. Mix in de blender: de geroosterde pompoen met de cashewnoten, citroensap, zout en +- 100 ml heet water tot je de gewenste dikte hebt bereikt.
8. Mix net zolang tot je soep zijdezacht is.
9. Rooster een paar pompoenpitjes in een droge koekepan. Garneer de soep met de pitjes. Eet smakelijk!