Pompoen in de oven

Recept van V-ZUG N.V.



Bereiding	20 Mins
Gaartijd	20 Mins
Porties	4
Apparaat	CombairSteamer V2000 vanaf 2021

geroosterde pompoen met feta

Pompoen

1 kg pompoen (bijv. Hokkaido of flespompoen)

1 rode ui

3 el olijfolie

1 tl zout

kleine hoeveelheid peper

¼ tl knoflookpoeder

¼ tl mild paprikapoeder

¼ tl korianderpoeder

¼ tl komijnpoeder

150 g feta, verkruimeld

50 g pecannoten, grof gehakt

Opdienen

4 takjes oregano, gehakt

Pompoen

De gaarruimte met grill-circulatielucht tot 230 °C voorverwarmen.

De pompoen in brede stukjes van ca. 5 mm snijden. De uien in fijne stroken snijden en alles in een kom doen. De olijfolie, het zout en de kruiden tot en met de komijn toevoegen en alles goed mengen. Over een met bakpapier beklede bakplaat verdelen en op het middelste niveau gedurende 10 minuten bakken.

De pompoen zorgvuldig omdraaien, de overige ingrediënten erover verdelen. Gedurende 10 minuten afbakken.

Opdienen

Op een serveerschaal opdienen, met oregano garneren.

Gaarstappen

Ovenruimte tot 230 °C op Grill-forced convection (voor)verwarmen

Voorverwarmen afgesloten. Gerecht erin schuiven.

Grill-forced convection 230 °C gedurende 10 Mins

Gerecht omdraaien. Verder bakken.

Grill-forced convection 230 °C gedurende 10 Mins

Tips

Bij de Hokkaido en de flespompoen kan de schil worden gegeten.

Accessoires

Bakplaat

Aanvullende informatie

Gecreëerd op	26.01.2022