



Hoofdgerechten

Gevulde butternut

Voor 4 personen.

Ingrediënten

2 butternut pompoenen
1 ui (gesnipperd)
2 stengels selder (in blokjes)
500 gram gehakt (gemengd)
1 blik linzen
8 takjes tijm (verse)
50 gram pompoenpitten
50 gram mozzarella (geraspt)
1 theelepel komijnpoeder
olijfolie
peper
zout

Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 200°C. Halveer de pompoenen en verwijder de pitjes. Leg de pompoenhelften in een grote ovenschaal en bedruipel met olijfolie. Leg er de takjes tijm op en kruid met peper en zout. Dek af met aluminiumfolie en zet 40 minuten in de oven.

Verhit een scheutje olijfolie in een pan en fruit de ui glazig. Voeg de selder toe en laat even meebakken. Voeg het gehakt toe en bak rul. Schep er de uitgelekte linzen en de pompoenpitten onder en kruid met komijnpoeder, peper en zout.

Haal de pompoenen uit de oven, verwijder de tijmtakjes en vul ze op met het gehaktmengsel. Bestrooi met de mozzarella en zet nog eens 5 minuten onder de grill. Serveer meteen.

Keukenbenodigdheden

Oven

