

# KOOKLESSEN

## herfst 2015

DOMO



### Wilde duif met puree van P&P

#### *Krokantje van pastinaak*

**Benodigdheden:**

Pastinaak, kokosvet, kruidenzout

**Bereiding:**

Schil de pastinaak met een dunschiller en bak deze in een niet te vol mandje gedurende 1 min. in kokosvet tot ze goudbruin en krokant zijn. Bestrooi met een beetje kruidenzout



#### *Lelietje van rode ui*

**Benodigdheden:**

1 kleine rode ui per persoon, olijfolie, peper & zout, gesnipperde muntblaadjes

**Bereiding:**

Verwarm de oven op 180°. Pel de ui en snij in 8 van het topje tot bijna helemaal beneden. Kruid de ui met peper en zout en druppel er olijfolie over. Zet in de oven tot de ui opengaat (ong. 25 min.). Haal uit de oven en strooi er net voor het serveren de gesnipperde muntblaadjes op.

#### *Puree van P&P = pastinaak en pompoen met paddenstoelen*

**Benodigdheden pastinaak:**

- 500 g pastinaak, geschild en in stukken
- 250 ml haver of amandelmelk
- 1 teentje knoflook
- beetje olijfolie

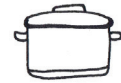
**Bereiding:**

Breng de pastinaak, melk, 1 teen knoflook in een pan aan de kook voor 10 tot 12 min. tot de pastinaak gaar is. Pureer en voeg olijfolie toe. Breng op smaak met peper en zout.

# KOOKLESSEN

## herfst 2015

DOMO



### Benodigheden paddenstoelen:

- 1 teentje knoflook
- olijfolie
- 500 g gemengde paddenstoelen
- 2 el fijngehakte platte peterselie
- 2 el dukkah
- rode kiemen

### Bereiding:

Snij de teen knoflook fijn. Doe de olijfolie in een pan en bak hierin de paddenstoelen en de knoflook goudbruin. Roer de peterselie erdoor en breng op smaak met peper en zout. Werk later af met dukkah en rode kiemen.

### Benodigheden pompoenpuree:

- 500 g pompoen
- (1 zoete aardappel)
- 1 sjalot
- 1t knoflook
- kardemom
- kurkuma
- curry
- 2 cm gember
- olijfolie
- morga groentebouillon

### Bereiding:

Snij de pompoen in stukken ( ongeschild). Snij de sjalot en fruit met de look in wat olijfolie. Voeg de pompoen toe. Bestrooi met kurkuma en curry en overgiet met water met morga. Laat sudderen totdat de bouillon is verdampt. Voeg gehakte gember toe. Pureer.

### *Gebakken wilde duif*

Bak de duifborstjes in een hete pan met 50 g ghee (= soort geklaarde boter) kort aan langs twee zijden en kruid met peper en zout.

Schik op het bord de pastinaak-en pompoenpuree, de paddenstoelen, de lelie, het krokantje van pastinaak en de gebakken wilde duif. Werk af met dukkah en kiemgroenten.