



Pompoen-appelsoep met walnootpesto

Ingrediënten:

Voor 1 grote pan soep:

1 kilo pompoen

2 uien

2 grote appels (Elstar, Jonagold)

3 teentjes knoflook

2 el olijfolie

zout en versgemalen peper of chilipoeder

1 l (biologische) groentebouillon

VOOR DE WALNOOTPESTO:

100 gr walnoten

handjevol verse platte peterselieblaadjes

1 el (rauwe) honing

65 ml extra vergine olijfolie

zout en versgemalen peper

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 200C. Schil de pompoen, verwijder de pitten en snijd het vruchtvlees in blokjes. Snijd de uien in grote stukken. Schil de appels, snijd ze in vieren en verwijder het klokhuis. Meng in een ovenschaal de pompoen, uien, knoflook, appel en olijfolie, zorg dat alles met de olie bedekt is. Voeg zout en chilipoeder toe. Rooster het groente-appelmengsel 40 minuten in de oven tot het goudbruin en zacht is, schep tussentijds af en toe om.

Rooster ondertussen de walnoten ongeveer 5 minuten in een koekenpan zonder olie of vet. Maal de geroosterde walnoten met de peterselie en honing in een krachtige blender of keukenmachine tot de noten grof gehakt zijn. Voeg de olijfolie langzaam toe en pulseer nog even door, zorg dat je echt pulseert en niet simpelweg doormaakt, want voor je het weet heb je notenpasta in plaats van pesto. Breng daarna op smaak met zout en peper.

Vervolg met het groente-appelmengsel:

Pureer de pompoen samen met een flinke scheut bouillon in je blender (met grote kan) tot een gladde puree. Voeg geleidelijk meer bouillon toe. Breng de rest van de bouillon in een ruime pan aan de kook. Roer de pompoenpuree door de bouillon. Voeg eventueel extra bouillon toe als de soep nog te dik is. Proef en breng op smaak met meer zout en/of chilipoeder. Serveer met walnootpesto.

