



Type: Hoofdgerecht

Aantal: 4 personen

Bereidingstijd: 45 minuten

Pompoenstampot

met vis en Italiaanse kruiden

Ingrediënten

- 1 Iglo Fishcuisine Italiano
- 1 Iglo Roerbak Groente-Idee Italiaans
- 1 kg kruimige aardappels
- 400 g oranje pompoen (geen flespompoen)
- 2 el verse Italiaanse kruiden
- 1 tl paprikapoeder gerookt
- 2 teentjes knoflook
- 1 rode ui
- olijfolie
- zout
- boter

Bereiding

1. Verwarm de oven voor op 210 graden en plaats de Iglo Fishcuisine bevroren (in het bakje) in de oven voor 45 minuten.
2. Schil de aardappels, snijd ze in grove stukken en spoel ze in een vergiet. Kook ze samen met de 400 gr pompoenblokjes in gezouten water voor circa 18 minuten of totdat de aardappels gaar zijn.
3. Verhit een koekenpan en fruit hierin de rode ui voor 5 minuten met een snufje zout. Voeg daarna de knoflook toe en bak deze nog 1 minuut mee. Daarna komen de Italiaanse roerbakgroenten erbij, die kunnen zo bevroren in de pan. Roerbak ze samen met 1 tl gerookt paprikapoeder tot ze gaar zijn. Roer op het laatst de fijngehakte Italiaanse kruiden erdoor.
4. Giet de aardappels en pompoen af en stamp ze tot een puree met een klontje boter. Melk is in dit geval niet nodig, want de puree is al romig genoeg straks door de pompoen en roerbakgroenten.
5. Schep nu de roerbakgroenten erdoor en je pompoenstampot is klaar. Proef en voeg eventueel nog zwarte peper of zout toe naar smaak.
6. Serveer de stampot op diepe borden en schep wat Fishcuisine erop als topping. Garneer optioneel met nog wat extra Italiaanse kruiden en eet smakelijk!