

**Pompoensoep met tomaat (<https://foxilicious.nl/recept-pompoensoep-tomaat-vegetarisch/>)**

Ingredienten (4 personen)

- 1 pompoen
- 500 gram tomaat
- 1 ui
- 1-1,5 liter groente bouillon
- zout
- peper

Bereidingswijze

- Was de pompoen. Snij doormidden en verwijder de pitten. Snij in plakken en vervolgens in blokjes. Doe in een soeppan.
- Snij de ui in grove stukken.
- Was de tomaat en snij doormidden. Voeg toe aan de pan.
- Voeg 1 liter hete groente bouillon toe. Zet de pan op het vuur en kook ongeveer 15 minuten op middelhoog vuur.
- Proef of de pompoen gaar is. Zo ja? Pureer de soep dan met een staafmixer of blender.
- Is de soep erg dik? Voeg dan nog wat extra groente bouillon toe. Breng eventueel op smaak met zout en peper.

**Pasta met champignons (<https://www.eefkooktzo.nl/spaghetti-champignons-roomsaus/>)**

Ingrediënten (2 personen)

- 150 gram spaghetti
- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 125 gram kastanjechampignons
- 100 gram champignons
- 2 eetlepels bloem
- ½ blokje paddenstoelenbouillon (Maggi)
- 100 ml kookroom (evt. plantaardig) (Alpro)
- 100 ml water
- 1 eetlepel peterselie ((vers – fijngesneden))
- (olijf)olie, peper en zout

Bereidingswijze

- Kook de spaghetti zoals aangegeven op de verpakking.
- Snipper de ui en snij de knoflook fijn.
- Borstel de champignons schoon en snij in plakjes.
- Verhit een beetje olie in een ruime koekenpan, fruit de ui en knoflook aan tot deze glazig beginnen te worden en voeg dan de champignons toe.
- Bak deze tot ze gaar zijn en voeg dan 2 eetlepels bloem toe.
- Bak die mee, verkruimel de paddenstoelenbouillon eroverheen en giet dan het vocht erbij (de kookroom en het water).
- Breng dit aan de kook en kook de saus iets in. Je kunt eventueel nog een beetje kookvocht van de spaghetti erdoorheen doen om de saus juist iets vloeibaarder te houden.
- Schep de spaghetti door de saus, voeg naar smaak peper en zout toe, garneer met verse peterselie en serveer direct. Eet smakelijk!

**Bramenclafoutis (<https://www.landleven.nl/lekker-eten/bakken/bramenclafoutis-franse-klasseker-met-een-twist/>)**

Ingrediënten :

- 75 g bloem
- 100 g suiker
- 3 eieren, geklopt
- 250 ml melk
- 400 g bramen, gewassen
- poedersuiker, ter garnering

Bereidingswijze:

- Verwarm de oven voor op 180 graden en vet een ronde bakvorm (doorsnee 25 centimeter) in met boter.
- Meng de bloem met de suiker in een kom.
- Maak een kuiltje in het midden en giet daar de eieren in.
- Voeg langzaam steeds wat bloem bij de eieren vanaf de zijkanten. Voeg daarna beetje bij beetje de melk toe tot je een mooi en klontvrij beslag hebt.
- Schep een derde van het beslag in de bakvorm en bak vijf tot zeven minuten in de voorverwarmde oven.
- Haal de vorm uit de oven en doe de bramen in de vorm, over het voorgebakken beslag, en giet er de rest van het beslag over.
- Zet het geheel terug in de oven en bak 35 tot 40 minuten tot de clafoutis goudbruin en gerezen is.
- Serveer de bramenclafoutis warm, lauwwarm of koud, bestrooid met wat poedersuiker

**Italiaanse Salade met tomaat en mozzarella (<https://sophieglutenvrij.nl/italiaanse-salade-met-tomaat-en-mozzarella/>)**

Ingrediënten (4 personen)

- 1 bol buffel mozzarella
- 250 gram mini tros tomaten
- 40 gram pijnboompitten
- 75 gram rucola melange
- 1 eetlepel balsamicoazijn
- 1 eetlepel extra virge olijfolie
- 1 eetlepel Italiaanse kruiden
- 2 theelepels honing
- peper en zout

Bereidingswijze:

- Was de tomaatjes en halveer ze.
- Snijd de mozzarella in kleine blokjes.
- Doe de rucola melange in een schaal en meng hier de mini trostomaatjes, pijnboompitten en mozzarella door.
- Meng in een kommetje de balsamicoazijn, honing, extra vierge olijfolie, Italiaanse kruiden, peper en zout door elkaar.
- Meng de dressing door de salade en serveer direct.