

De 5 lekkerste pompoengerechten

De 5 lekkerste pompoengerechten. Herfst en Halloween en dan zeg je "pompoen". Pompoenen heb ik in Griekenland leren eten in de jaren 90 toen het hier helemaal nog niet zo bekend was. Pompoenen werden (en worden) daar veel ingezet voor in zoete gerechten. Maar juist de combi van de zoetigheid van een pompoen met hartige smaken maakt voor mij dat het een perfecte smaakmaker is voor vele dishes.

5 lekkerste pompoengerechten

Op m'n site staan best wel veel recepten, maar ik heb gekeken waar jullie het afgelopen jaar het meest geklikt hebben en dan kom ik tot onderstaand heerlijke lijstje met recepten.

Variërend van een mooie salade voor bijvoorbeeld een zaterdagmiddag lunch of een soepje na de herfstwandeling tot een koolhydraatarme ovenschotel, stamppot of stoofschotel.

1. [Stoofschotel met pompoen en witte bonen](#)
2. [Koolhydraatarme lasagne](#)
3. [Koolhydraatarme zuurkoolstamppot](#)
4. [Pompoen salade](#)
5. [Pompoen rode linzen soep](#)

Pompoenen

En wat doe jij verder met pompoenen? Volgens Amerikaanse traditie uithollen en kaarsjes erin branden? En zet jij ook van alles voor het raam om een Halloween sfeer te creëren?

Hier in het dorp is het al een aantal jaren traditie dat er voor de kinderen Halloween tochten worden georganiseerd. De voortuinen worden versierd, de kinderen moeten opdrachten doen en zo lopen ze met de ouders in het donker door de straten.

Deze periode is voor mij vooral de periode van weer nieuwe pompoenen inslaan en nieuwe recepten bedenken, dus tot volgend jaar!

Fijne Halloween!