

ORANJE PUREE

MET GROENE GROENTEN

Ingrediënten:

Voor de puree:

- 500 tot 750 gr schoongemaakte pompoen (*schil hoeft er niet af bij pompoen, wel goed wassen*) in grove stukken gesneden
- 500 gr zoete aardappel of knolselderij schoongemaakt en in stukken gesneden
- 2 wortels of winterpeen schoongemaakt en in ringen gesneden
- 2 á 3 el roomboter of ghee (*geklaarde boter*)
- zout en peper
- eventueel wat kokosmelk

Bereidingswijze:

1. Kook alle groenten voor de puree bij elkaar in een grote pan met deksel erop. Ze moeten goed gaar zijn, totdat ze uit elkaar beginnen te vallen. Doe er niet teveel water bij, ze hoeven niet helemaal onder te staan. De kooktijd zal ongeveer 20 minuten zijn.
2. Kook of stoom in de tussentijd ook de broccoli roosjes (*niet te lang, beetgaar zijn ze het lekkerst*).
3. Was ook alvast de rucola en/of slamix en laat rustig uitlekken.
4. Als de groenten in de pan helemaal gaar zijn, giet je het kookvocht eruit. Laat een heel dun laagje vocht erin zitten zodat de puree nog smeuïger wordt.
5. Stamp de groenten fijn met de roomboter of ghee en eventueel een scheut kokosmelk.
6. Breng op smaak met peper en zout. Voeg eventueel nog wat olijfolie en kruiden naar smaak toe.
7. Serveer warm met de broccoli en rucola. Giet er nog wat olijfolie overheen en garneer met gehakte peterselie.

Voor de groenten die je erbij serveert:

- 2 stronken broccoli
- een handvol rucola
- eventueel nog wat gemengde sla

