

# Pompoenstoofpot

## Ingrediënten voor 4 personen

- 3 eetlepels olijfolie
- 2 pakjes vegetarische gehakt of 300 gram mager rundergehakt
- 2 grote uien
- 6 tenen knoflook
- 2 theelepels chilipoeder
- 2 theelepels cayennepeper
- 1 1/2 eetlepel donkere suiker
- 4 theelepels kaneel of 2 stokjes kaneel
- 3 theelepels nootmuskaat
- 400 ml. Groentebouillion
- 400 gr. pompoen

## Hulpmiddelen

- 1 wok of hapjespan

## Vorbereiding

De pompoen in blokjes snijden, de ui en de knoflook fijnsnijden

## Hoe maken we het

- De ui en knoflook even in de olijfolie bakken
- Daarna het gehakt toevoegen en alle kruiden en even roerbakken
- Daarna de pompoenstukjes toevoegen en de bouillon
- Met deksel ongeveer 15 minuten gaar stoven of tot de bouillon helemaal opgenomen is
- Serveertips
- Met couscous of bulgur en een frisse komkommersalade.

