

Recept: Empanadas met Pompoen

Deze smaakvolle empanadas met een hartige pompoen- en gehaktvulling zijn perfect als voorgerecht, snack of onderdeel van een tapasmenu.

<u>Voor de vulling:</u>		
<input type="checkbox"/> Runder- of lamsgehakt	250 g	
<input type="checkbox"/> Pompoen	250 g	in kleine blokjes
<input type="checkbox"/> Ui	1	fijngesnipperd
<input type="checkbox"/> Look	1 teentje	geperst
<input type="checkbox"/> Komijnpoeder	1 tl	
<input type="checkbox"/> Kaneel	½ tl	
<input type="checkbox"/> Gerookt paprikapoeder	½ tl	
<input type="checkbox"/> Tomatenspuree	1 el	
<input type="checkbox"/> Olijfolie	1 el	
<input type="checkbox"/> Water	2 el	
<input type="checkbox"/> Zout en peper		naar smaak
<input type="checkbox"/> Verse koriander of peterselie	Handvol	fijngehakt
<u>Voor de afwerking:</u>		
<input type="checkbox"/> Eidooier	1	voor het bestrijken
<input type="checkbox"/> Sesamzaadjes		optioneel
<input type="checkbox"/> Bladerdeeg		kant-en-klaar



Voor de dipsaus

Pittige yoghurt-limoendip:

- 150 g Griekse yoghurt
- 1 el limoensap
- ½ tl chilivlokken of sriracha
- 1 tl honing
- 1 el fijngesneden koriander
- Snuf zout

Bereidingswijze: Empanadas met Pompoen

1 Vulling bereiden

- Verhit olijfolie in een pan en fruit de fijngesnipperde ui en geperste look glazig.
- Voeg het gehakt toe en bak het rul.
- Roer de pompoenblokjes, komijnpoeder, kaneel, gerookt paprikapoeder en tomatenpuree erdoor.
- Voeg 2 eetlepels water toe en laat het geheel ongeveer 10 minuten zachtjes garen totdat de pompoen zacht is.
- Haal de pan van het vuur en meng de verse gehakte koriander of peterselie erdoor. Breng op smaak met zout en peper. Laat de **vulling volledig afkoelen** voordat je de empanadas gaat vormen.

2 Empanadas vormen

- Rol het deeg uit tot een dikte van ongeveer 3 millimeter. Steek er cirkels uit met een diameter van circa 12 centimeter (gebruik hiervoor bijvoorbeeld een kom of een ronde uitsteekvorm).
- Schep ongeveer 1 eetlepel van de afgekoelde vulling in het midden van elke deegcirkel.
- Vouw het deeg dubbel tot een halve maan en druk de randen stevig aan. Gebruik de tanden van een vork om een mooi patroon te maken en de empanadas goed te sluiten.
- Bestrijk de bovenkant van elke empanada met losgeklopt eidooier en bestrooi eventueel met sesamzaadjes voor een extra knapperige en smaakvolle korst.

3 Bakken

Verwarm de oven voor op 200°C. Leg de gevormde empanadas op een met bakpapier beklede bakplaat en bak ze in de voorverwarmde oven gedurende 20 tot 25 minuten, of totdat ze goudbruin en gaar zijn. Voor een extra krokante variant kun je de empanadas ook frituren in olie op 175°C gedurende ongeveer 3 minuten per zijde.

4 Sausje maken

- Meng alle ingrediënten voor de yoghurt dip.
- Laat minstens 15 minuten trekken in de koelkast voor een vollere smaak.