



Ingrediënten

1/2 zoete aardappel
150 g pompoen
1 rode ui in ringen
1/2 zoete paprika
1 teentje look
1 tomaat
1 tl currypoeder
1 tl biologische groentebouillon
1/2 glas water
1 tl Himalayazout
zwarte peper
1/2 bolletje buffelmozzarella
handvol platte peterselie

Afwerken met

hartige notenmix
1 kl Green Mix

Wok met pompoen

Bereiding

1. Wok de ringen rode ui samen met de look ongeveer een minuutje. Voeg dan de grof gesneden zoete aardappel, stukken pompoen en zoete paprika toe. Wok nog een drietal minuten.
2. Los de groentebouillon op in een half glas water en voeg dit toe aan de wok.
3. Breng op smaak met currypoeder, himalayazout en peper en laat 4 tot 6 minuten afgedekt sudderen.
4. Roer net voor het serveren de stukjes tomaat, de mozzarella en platte peterselie onder het mengsel.
5. Schik op een bord en voeg de Green Mix en de hartige notenmix toe.

Zin in meer?

Onze heerlijke recepten vind je terug op www.purasana.be of in ons boek **Become A Super Food Chef**.