

# La Comida Deliciosa

Recept – recipe - receta

<p><b>Pompoentaart</b> Hoofdgerecht (4 personen) 55 minuten</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 3 eetlepels olijfolie</li><li>• 1 ui, gesnipperd</li><li>• 2 tenen knoflook, fijnggehakt</li><li>• 500 gram pompoen met schil, in blokjes</li><li>• 2 theelepels paprikapoeder</li><li>• 1 theelepel kaneel</li><li>• 1 theelepel gemalen komijn</li><li>• 1 theelepel gedroogde oregano</li><li>• 4 eieren</li><li>• 150 ml Griekse yoghurt</li><li>• 6 plakjes diepvriesdeeg voor hartige taart, ontdooid</li><li>• Taartvorm, 26 cm, ingevet</li></ul> <p>Verwarm de oven voor op 200° C. Verwarm de olijfolie in een hapjespan en fruit de ui en knoflook zachtjes glazig.</p> <p>Schep de blokjes pompoen al omscheppend in 5 minuten beetbaar.</p> <p>Klop de eieren los met de yoghurt en wat zout en peper.</p> <p>Leg de plakjes deeg op elkaar op een met bloem bestoven werkvlak en rol ze uit tot een ronde deeglap van 30 cm.</p> <p>Bekleed de taartvorm met het deeg en verdeel het eimengsel over de bodem.</p>	<p><b>Pumpkin pie</b> Main course (4 persons) 55 minutes</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 3 tbsp of olive oil</li><li>• 1 onion, cut up fine</li><li>• 2 gloves of garlic, chopped up finely</li><li>• 500 gram of pumpkin with rind, in cubes</li><li>• 2 tsp of paprika</li><li>• 1 tsp of cinnamon</li><li>• 1 tsp of grinded cumin</li><li>• 1 tsp of dried oregano</li><li>• 4 eggs</li><li>• 150 ml of Greek yoghurt</li><li>• 6 slices of deepfreeze dough for well-seasoned, defrosted</li><li>• Cake tin, 26 cm, greased</li></ul> <p>Preheat the oven at 200° degrees. Heat the olive oil in a frying pan and fry the onion and garlic softly sauté.</p> <p>Scoop the pumpkin cubes, as stirring, in 5 minutes cooked firm to the bite.</p> <p>Beat the eggs with the yoghurt and some salt and pepper.</p> <p>Put the slices of dough on each other on a with flour powdered workspace and roll it out till a round disc of dough of 30 cm.</p> <p>Cover the cake tin with the dough and divide the egg mixture over the bottom.</p>	<p><b>Tarta de calabaza salada</b> Plato principal (4 personas) 55 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 3 cucharadas del aceite de oliva</li><li>• 1 cebolla, recortado</li><li>• 2 dientes de ajo, picado</li><li>• 500 gramos de calabaza con cáscara, en cuadritos</li><li>• 2 cucharaditas del pimentón</li><li>• 1 cucharadita del canela</li><li>• 1 cucharadita del comino molido</li><li>• 1 cucharadita del orégano secado</li><li>• 4 huevos</li><li>• 150 ml yogur griego</li><li>• 6 rodajas de masas congeladas para tarta salado, descongeladose</li><li>• Molde para tartas, 26 cm, untado</li></ul> <p>Precaliente el horno en 200° C. Precaliente el aceite de oliva en un sartén y sofríe el cebolla y ajo suave cristalino.</p> <p>Saca los cuadritos del calabaza removido en 5 minutos al dente.</p> <p>Bate los huevos con el yogur y algo sal y pimienta.</p> <p>Pon las rodajas de la masa una cosa encima de la otra en un espacio de trabajo y entienda las hasta un rondo lámina de masa del 30 cm.</p> <p>Cubre el molde para tartes con la masa y divide el mezcla de los huevos sobre el</p>	
---	--	---	--

<p>Schep het pompoenmengsel erin.</p> <p>Schuif de vorm een richel onder het midden in de oven en bak de taart in 25-30 minuten goudbruin en gaar. Lekker met een groene salade.</p>	<p>Scoop the pumpkin mixture in it.</p> <p>Shove the tin one ridge under the middle in the oven and bake the pie in 25-30 minutes golden brown and done. Nice with a green salad.</p>	<p>fondo. Saca el mezcla de calabaza en lo.</p> <p>Mete el molde un reborde debajo de el medio en el horno y cuece la tarta en 20-25 minutos dorado y hecho. Bueno con una ensalada verde.</p>	
--	---	--	--