

### Twee recepten van Hennie van Hal (tuin 23):

(val)appels en pompoenen in overvloed in de herfst.

Daarom de volgende twee recepten

#### Kruidige appelmoes:

Ingrediënten:

- 75 gram suiker
- 100 ml water
- 3 kruidnagels \* 4 kardemompeulen
- 2 stukjes gember uit siroop (door de knoflookpers)

Breng alle ingrediënten aan de kook.

Op een laag vuurtje 15 minuten laten koken.

Met een pureestamper wat fijn maken.

Na het afkoelen kruidnagels en kardemompeulen verwijderen.

#### Pompoen met kip en appel:

Ingrediënten:

- 500 gram pompoen in blokjes
- 500 gram kipfilet in stukjes gesneden
- 4 ontvelde tomaten (o een blik tomaten)
- 2 appels geschild en in stukjes
- 2 teentjes knoflook
- 2 uien
- 4 eetlepels rozijnen
- 50 gram rijst
- 1 bouillontablet (kip)
- olie en zout

Kipfilet aanbakken in de olie met wat zout, daarna de ui enkele minuten meefruiten.

Tomaat, appels , rozijnen en uitgeperste knoflook toevoegen, goed door elkaar scheppen.

Daarna 300 ml water, rijst en bouillon toevoegen.

Het geheel aan de kook brengen, daarna 20 minuten zachtjes stoven.

Lekker met rijst of gebakken aardappels.