

Pompoen chili

Ingrediënten:

- 3 blikken rode bonen
- 1 grote ajuin
- ½ pompoen
- Peterselie
- Lookpoeder
- Komijn
- Kurkuma
- Zout
- Gember
- Olie



Bereidingswijzen :

1. Snijd de ajuin en pompoen in stukjes.
2. Bak de ajuin en pompoen in een kookpot met een beetje olie.
3. Voeg de kruiden toe met een beetje water.
4. Voeg de rode bonen toe.
5. Het eten is klaar als de pompoen gaar is.