**Herfststoofpot van varkenswangen en flespompoen**

Nodig:

700 gram flespompoen

1½ kilo varkenswangen

2 rode uien

2 teentjes knoflook

1 groene en 1 rode (punt)paprika

1 eetlepel bloem

1 eetlepel bruine suiker

500 ml cola

400 ml kalfsfond

cayennepeper

1 laurierblad

takje tijm

peterselie

boter

olie

peper

zout

Bereiding:

Snijd de uien in halve ringen en snipper de knoflook. Schil de pompoen, verwijder de zaden en snijd in blokjes. Verwijder de zaadlijsten van de paprika’s en snijd in reepjes. Verhit een eetlepel boter en olijfolie in een braadpan en bak de wangetjes mooi goudbruin aan. Kruid met peper en zout. Leg de gebakken stukken vlees in een grote ovenbestendige stoofpan en bestrooi met de bloem. Schep goed door. Hierdoor krijg je tijdens het stoven een licht ingedikte saus. De ui, knoflook en paprika mogen nu zachtjes gefruit worden in het braadvet van het vlees. Voeg als laatste de blokjes pompoen toe en laat nog even aanstoven, max 2 a 3 minuten. Schep de groenten bij het vlees en schenk er de kalfsfond en de cola bij. Leg het laurierblad en de tijm erop, voeg de bruine suiker toe en kruid met cayennepeper naar smaak. Zet de pan met deksel gedurende ongeveer 2 uur in een voorverwarmde oven van 120 tot 130 graden en laat zachtjes garen. Bestrooi de herfststoofpot met grof gehakte platte peterselie. Lekker met aardappelpuree, rijst of een stukje stokbrood.