



Loaded nacho's met pulled chicken

met zelfgemaakte guacamole en jalapeño's | 4 porties

Voorafje

Totale tijd: 30 - 40 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, grote kom

Ingrediënten

Bosui* (bosje(s))	1
Avocado (stuk(s))	2
Sjalot (stuk(s))	1
Limoen* (stuk(s))	1
Pruimtomaat (stuk(s))	1
Knoflookteent (stuk(s))	1
Pulled chicken* (g)	100
Biologische zure room* (g)	100
Geraspte Goudse kaas* (g)	150
Tortillachips (g)	300
Jalapeño* (stuk(s))	1
Zelf toevoegen	
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	947 /226
Vetten (g)	14
Waarvan verzadigd (g)	4,1
Koolhydraten (g)	17
Waarvan suikers (g)	1,7
Vezels (g)	2
Eiwitten (g)	7
Zout (g)	0,6

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Snijd de bosui in fijne ringen. Snijd de jalapeño's (let op: pittig! Gebruik naar smaak) fijn.
- Verdeel de tortillachips over een bakplaat met bakpapier.
- Beleg de chips gelijkmatig met de pulled chicken, jalapeño en $\frac{2}{3}$ van de bosui. Bestrooi tot slot met de kaas.
- Bak 10 - 15 minuten, of tot de kaas is gesmolten.

Groenten snijden

- Halver de avocado's en verwijder de pit en schil. Snijd de avocado in blokjes en voeg toe aan een grote kom.
- Snijd de tomaat in kleine blokjes. Snipper de sjalot. Pers de knoflook of snijd fijn. Halver de limoen.
- Prak het vruchtvlees van de avocado's fijn met een vork. Voeg de tomaat, sjalot en knoflook toe.
- Knijp de limoen uit boven de kom. Meng alles goed en breng op smaak met peper en zout.

Serveren

- Haal de nacho's uit de oven en serveer direct op de bakplaat of in een serveerschaal.
- Garneer met de overige bosui.
- Schep de zure room in een schaaltje en serveer samen met de guacamole als dips bij de nacho's.

Eet smakelijk!



Vietnamese rijstvelloempi's met kip

met teriyakisaus en verse groenten | 10 stuks

Voorafje

Totale tijd: 20 - 25 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Diep bord, rasp, pan, bord, kleine kom, koekenpan

Ingrediënten

Rijstpapier (stuk(s))	½
Wortel* (stuk(s))	1
Mini-komkommer* (stuk(s))	1
Verge koriander en munt* (g)	10
Kipfilet* (stuk(s))	1
Teriyakisaus (g)	25
Radicchio en ijsbergsla* (g)	50
Pindasaus* (g)	80
Sesamolie (ml)	10
Basmatirijst (g)	75
Zelf toevoegen	
[Zoutarme] sojasaus (el)	1
Honing [of plantaardig alternatief] (el)	1
Wittewijnazijn (el)	1
Zonnebloemolie (el)	1

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	662 / 158
Vetten (g)	6
Waarvan verzadigd (g)	1
Koolhydraten (g)	21
Waarvan suikers (g)	5,3
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	7
Zout (g)	0,8

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Breng ruim water aan de kook in een pan en kook de rijst 12 - 15 minuten. Giet af en zet apart.
- Besprenkel de rijst met zonnebloemolie. Meng goed en bewaar apart voor later gebruik.
- Rasp de wortel fijn. Snijd de verse kruiden fijn. Snijd de komkommer in kleine reepjes.
- Snijd de kip in kleine blokjes.

Saus bereiden

- Verhit een scheutje zonnebloemolie in een koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de kip toe en bak 3 - 4 minuten.
- Voeg de teriyakisaus toe en bak nog eens 3 - 4 minuten.
- Voeg de pindasaus en sesamolie toe aan een kleine kom. Meng met de sojasaus, witte wijnazijn en honing.
- Vul een diepe bord met lauwwarm water. Week een rijstvel 5 - 10 seconden in het water en leg het vervolgens op een schoon bord.

Serveren

- Leg de kip in het midden van het rijstvel en beleg met sla, wortel, komkommer, rijst en verse kruiden.
- Vouw de onderkant van het rijstvel over de vulling, vouw de zijkanten naar binnen en rol op.
- Herhaal dit met de overige rijstvellen.
- Serveer op een grote schaal met de pinda-sojasaus erbij.

Eet smakelijk!



Quesadilla's met kipgehakt en paprika

met Mexicaanse dipsaus | 2 porties

Voorafje

Totale tijd: 25 - 30 min.



Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, grote koekenpan, kleine kom

Ingrediënten

Rode ui (stuk(s))	2
Paprika* (stuk(s))	1
Kipgehakt met Mexicaanse kruiden* (g)	200
Mexicaanse kruiden (zakje(s))	1
Tomaat (stuk(s))	2
Biologische zure room* (g)	50
Witte tortilla (stuk(s))	4
Geraspte Goudse kaas* (g)	75
Zelf toevoegen	
[Plantaardige] roomboter (el)	1
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2833 /677	570 /136
Vetten (g)	32	6
Waarvan verzadigd (g)	20	4
Koolhydraten (g)	57	11
Waarvan suikers (g)	10,8	2,2
Vezels (g)	9	2
Eiwitten (g)	36	7
Zout (g)	3	0,6

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Vulling maken

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Snijd de ui in halve ringen. Snijd de paprika in reepjes.
- Verhit de roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de ui en paprika 2 - 3 minuten.
- Voeg het gehakt en de helft van de Mexicaanse kruiden (let op: pittig! Gebruik naar smaak) toe en bak 3 - 4 minuten mee, of tot het gehakt gaar is. Breng op smaak met peper en zout.

Quesadilla's maken

- Snijd ondertussen de tomaat in dunne plakjes.
- Leg de tortilla's op een bakplaat met bakpapier en verdeel het gehakt-groentemengsel over een helft van elke tortilla.
- Verdeel de geraspte kaas over de tortilla's en beleg met 2 - 3 tomatenplakjes per tortilla. Druk goed aan.
- Besprenkel de bovenkant van de quesadilla's met wat olijfolie.

Serveren

- Bak de quesadilla's 5 - 7 minuten bovenin de oven, of tot ze goudbruin kleuren.
- Meng in een kleine kom de zure room met de overige Mexicaanse kruiden.
- Snijd ondertussen de overige tomatenplakjes fijn en meng met de zure room. Breng op smaak met peper en zout.
- Serveer de quesadilla's met de dipsaus.

Eet smakelijk!



Vlaamse balletjes

met kalfsjus en uienschutney | om te delen

Voorafje

Totale tijd: 25 - 30 min.



Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Koekenpan met deksel

Ingrediënten

Ui (stuk(s))	1
Uienchutney* (g)	80
Kalfsjus* (g)	60
Laurierblad (stuk(s))	1
Vers krulpeterselie* (g)	5
Varkensboerengehakt* (g)	300
Zelf toevoegen	
Bruine basterdsuiker (el)	1
Rodewijnazijn (el)	1
Zoutarme runderbouillon (ml)	100
[Plantaardige] roomboter (el)	2
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	677 / 162
Vetten (g)	11
Waarvan verzadigd (g)	4,9
Koolhydraten (g)	7
Waarvan suikers (g)	6,2
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	8
Zout (g)	0,6

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Balletjes bakken

- Vorm 12 balletjes van het gehakt.
- Verhit de roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de gehaktballetjes in 3 - 4 minuten rondom bruin.
- Snipper ondertussen de ui en snij de peterselie fijn.
- Verlaag het vuur naar middelmatig. Voeg de ui toe en dek de pan af. Bak nog 5 - 6 minuten, of tot de gehaktballetjes gaar zijn.

Saus bereiden

- Bereid de bouillon.
- Haal de gehaktballetjes uit de pan. Voeg de bruine suiker toe en karamelliseer de ui 1 - 2 minuten op hoog vuur.
- Blus de ui af met de rodewijnazijn.
- Voeg de kalfsjus, de bouillon en het laurierblad toe en laat de saus 5 - 7 minuten inkoken op hoog vuur.

Afmaken en serveren

- Haal het laurierblad uit de pan en voeg de uienchutney en gehaktballetjes toe (zie Tip). Kook nog 2 minuten.
- Breng op smaak met peper en zout.
- Serveer de Vlaamse balletjes met saus in een kom.
- Garneer met de peterselie.

Tip: Heb je Luikse stroop in huis? Vervang dan de uienchutney met 1 - 2 el Luikse stroop. Eet smakelijk!

Eet smakelijk!



Pittige knoflookgarnalen

met aioli, brood en citroen | om te delen

Voorafje

Totale tijd: 15 - 20 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Ovenschaal

Ingrediënten

Verse bladpeterselie* (g)	10
Knoflookteentje (stuk(s))	2
Rode peper* (stuk(s))	1
Citroen* (stuk(s))	1
Aiolí* (g)	50
Garnalen* (g)	360
Witte demi-baguette (stuk(s))	2
Zelf toevoegen	
[Plantaardige] roomboter (el)	¾
Peper & zout	naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	688 / 164
Vetten (g)	6
Waarvan verzadigd (g)	1,2
Koolhydraten (g)	18
Waarvan suikers (g)	0,8
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	9
Zout (g)	0,8

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Snijd de takjes van de peterselie fijn en snijd de bladeren grof.
- Verwijder de zaadlijsten van de rode peper (let op: pittig! Gebruik naar smaak) en snijd de rode peper fijn.
- Pers de knoflook of snijd fijn.

Garnalen voorbereiden

- Voeg de garnalen, roomboter, peterselietakjes, rode peper en knoflook toe aan een ovenschaal.
- Meng goed en breng op smaak met peper en zout.
- Bak de garnalen en het brood 6 - 8 minuten in de oven, of tot de garnalen gaar zijn.

Serveren

- Snijd ondertussen de citroen in partjes.
- Verdeel de garnalen over een serveerschaal en garneer met de peterselieblaadjes.
- Serveer met het brood, de aioli en citroenpartjes.

Eet smakelijk!



Tomaat-mozzarellabrood

met Italiaanse kruiden en vers basilicum | 2 porties

Voorafje

Totale tijd: 20 - 25 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, kleine kom

Ingrediënten

Witte demi-baguette (stuk(s))	2
Vers basilicum* (g)	10
Passata (g)	200
Italiaanse kruiden (zakje(s))	1
Mozzarella* (bol(len))	1
Mini-romatomaten (g)	200
Zelf toevoegen	
Extra vierge olijfolie (el)	1
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2510 / 600	618 / 148
Vetten (g)	20	5
Waarvan verzadigd (g)	8,8	2,2
Koolhydraten (g)	78	19
Waarvan suikers (g)	11,2	2,8
Vezels (g)	8	2
Eiwitten (g)	24	6
Zout (g)	2,2	0,5

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 220 graden.
- Halveer de baguette in de lengte.
- Snijd het basilicum fijn.
- Meng in een kleine kom de passata met de Italiaanse kruiden, de helft van het basilicum, 1 el extra vierge olijfolie, peper en zout.

Voeg toppings toe

- Halveer de tomaten.
- Scheur de mozzarella in kleine stukjes.
- Leg de helften van het brood op een bakplaat met bakpapier.
- Verdeel de passata erover. Leg daarop de mozzarella en de tomaten.

Brood bakken en serveren

- Bak het brood 6 - 8 minuten in de oven, of tot de kaas gesmolten is.
- Garneer het brood met het overige basilicum en breng op smaak met peper en zout.
- Snijd het brood in plakjes en leg op een grote schaal of bord.

Eet smakelijk!



Flammkuchen met spek, courgette en rode ui

met crème fraîche en rucola | 2 porties

Voorafje

Totale tijd: 15 - 20 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier

Ingrediënten

Flammkuchen* (stuk(s))	2
Crème fraîche* (g)	100
Gesnipperde rode ui* (g)	75
Rucola* (g)	40
Courgette* (stuk(s))	½
Spekreepjes* (g)	80

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2113 /505	735 /176
Vetten (g)	27	9
Waarvan verzadigd (g)	13,4	4,7
Koolhydraten (g)	48	17
Waarvan suikers (g)	4	1,4
Vezels (g)	2	1
Eiwitten (g)	16	6
Zout (g)	2,1	0,7

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 220 graden.
- Leg de flammkuchen op een bakplaat met bakpapier.
- Snijd de courgette in halve maantjes.

Beleggen

- Besmeer de flammkuchen met de crème fraîche. Verdeel de spekjes, courgette en de gesneden rode ui erover.

Serveren

- Bak de flammkuchen in 8 - 10 minuten in de oven.
- Snijd de flammkuchen in stukken en garneer met de rucola.

Eet smakelijk!



Camembert uit de oven

met baguette, uienchutney en walnoten | om te delen

Voorafje

Totale tijd: 15 - 20 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Ovenschaal

Ingrediënten

Knoflootje(s)	1
Vers rozemarijn*	1 takje(s)
Walnootstukjes (g)	20
Uienchutney* (g)	40
Witte demi-baguette (stuk(s))	2
Franse camembert* (g)	240
Zelf toevoegen	
Extra vierge olijfolie (el)	½
Honing [of plantaardig alternatief] (el)	½
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	1130 /270
Vetten (g)	13
Waarvan verzadigd (g)	6,6
Koolhydraten (g)	27
Waarvan suikers (g)	3,8
Vezels (g)	2
Eiwitten (g)	12
Zout (g)	1,2

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Verwijder de verpakking van de camembert en leg de camembert in een ovenschaal.
- Snijd met een scherp mes een ruitpatroon in de bovenkant van de kaas, tot 2 cm van de rand (zie Tip).
- Snijd de knoflook in dunne plakjes en ris de blaadjes van de rozemarijn.

Tip: Zorg dat je niet te ver doorsnijdt, anders vloeit de camembert over de rand.

Camembert garneren

- Vul de camembert met de rozemarijnblaadjes en de knoflookplakjes.
- Verdeel de walnoot erover en besprengel met de extra vierge olijfolie en de honing.
- Bak de baguette 8 - 10 minuten in de oven.
- Bak de camembert de laatste 7 minuten mee.

Serveren

- Snijd de baguettes in plakjes en serveer de camembert ernaast.
- Breng de camembert op smaak met peper en zout.
- Serveer met de uienchutney.

Eet smakelijk!



Bananenbrood

met appel en rozijnen | +/- 10 plakken

Bakken

Totale tijd: 70 - 80 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Cakeblik met een lengte van 25 cm, diep bord, grote kom, staafmixer

Ingrediënten

Banaan (stuk(s))	3
Appel* (stuk(s))	1
Rozijnen (g)	40
Bananenbroodmix (g)	400
Gemalen kaneel (tl)	3
Zelf toevoegen	
Water (ml)	60
Zonnebloemolie (el)	3

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	939 / 224
Vetten (g)	5
Waarvan verzadigd (g)	1,2
Koolhydraten (g)	39
Waarvan suikers (g)	22,7
Vezels (g)	2
Eiwitten (g)	4
Zout (g)	0,6

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 180 graden. Prak in een diep bord 2 bananen fijn met een vork (zie Tip).
- Was de appel en snijd in grove stukken. Schil de appel eventueel als de schil taai is.
- Snijd de rozijnen grof.

Tip: Hoe bruiner en rijper de bananen, hoe zoeter de cake. Je kunt je bananen sneller laten rijpen door ze in de buurt van een avocado te leggen of ze in een krant te wikkelen.

Beslag maken

- Vet een rechthoekig cakeblik in of bekleed de binnenkant met bakpapier.
- Meng in een grote kom de geprakte bananen met de bananenbroodmix, de appelstukjes, het gemalen kaneel, 3 el zonnebloemolie en 60 ml water.
- Mix het geheel met een staafmixer. Voeg de rozijnstukjes toe en meng door elkaar.
- Giet het beslag in het cakeblik. Halveer de derde banaan in de lengte. Leg met de snijkant naar boven in het beslag.

Serveren

- Bak het bananenbrood 45 - 55 minuten in de oven.
- Controleer of het bananenbrood klaar is door er met een satéprikkertje in te prikken. Komt hij er droog uit? Dan is het bananenbrood klaar!
- Haal uit de oven en laat het bananenbrood 15 minuten afkoelen in het blik (zie Tip).

Tip: Wil je de volgende dag weer warm bananenbrood? Toast de plakken even in een broodrooster, of warm ze kort op in de oven.

Eet smakelijk!



Sinterklaasbrownies

met kruidnoten en speculaasglazuur | 9 stuks

Sinterklaas Bakken

Totale tijd: 40 - 50 min.



Gezellig samen bakken?

Zet een bordje met jouw bakcreatie bij je schoen en wie weet krijg jij wel een persoonlijk kaartje van Bakpiet. Ontdek de nieuwe Club van Sinterklaas-kaartencollectie bij **Greetz** en stuur jouw favoriete kaart van Bakpiet, Coolie Piet of Sinterklaas. **Gebruik de code CLUBSINT en krijg 1 kaart cadeau (t.w.v. €3,49, excl. postzegel).** Veel bakplezier!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Grote kom, handmixer, mengkom, ovenschaal, bakpapier

Ingrediënten

Ei* (stuk(s))	2
Mix voor chocoladecake (g)	400
Kruidnoten (g)	200
Speculaaskruiden (zakje(s))	1
Fresco spalmabile - roomkaas* (g)	100
Zelf toevoegen	
Suiker (el)	2
Water (ml)	80
[Plantaardige] roomboter (g)	40

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	1316 /314
Vetten (g)	9
Waarvan verzadigd (g)	5,2
Koolhydraten (g)	51
Waarvan suikers (g)	28,9
Vezels (g)	2
Eiwitten (g)	6
Zout (g)	1,4

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Beslag maken

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Weeg de roomboter af en snijd in blokjes. Zet opzij en laat op kamertemperatuur komen.
- Bekleed een vierkante bakvorm of ovenschaal van 20 x 20 cm met bakpapier.

Brownies bakken

- Klop in een grote kom de eieren, roomboter, water en cakemix tot een glad beslag.
- Giet het beslag in de bakvorm.
- Druk de helft van de kruidnoten zachtjes in de bovenkant van het beslag.
- Bak de brownies 20 - 25 minuten in de oven. Haal de schaal uit de oven en laat afkoelen.

Glazuur maken

- Voeg de roomkaas, suiker en de helft van de speculaaskruiden toe aan een mengkom. Mix met een handmixer tot een luchtig mengsel.
- Hak de overige kruidnoten grof.
- Verdeel het glazuur over de brownies.
- strooi de kruidnoten erover. strooi de overige speculaaskruiden erover.

Eet smakelijk!



Carrot cake met kruidnoten

met mascarpone-sinaasappeltopping | +/- 10 plakken

Bakken

Totale tijd: 70 - 80 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Cakeblik met een lengte van 25 cm, rasp, grote kom, handmixer, kleine kom

Ingrediënten

Wortel* (stuk(s))	2
Boerencakemix (g)	400
Speculaaskruiden (zakje(s))	1
Sinaasappel* (stuk(s))	1
Mascarpone* (g)	100
Poedersuiker (g)	100
Kruidnoten (g)	200
Zelf toevoegen	
Zonnebloemolie (el)	1
*in de koelkast bewaren	

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	1261 /301
Vetten (g)	7
Waarvan verzadigd (g)	4,1
Koolhydraten (g)	54
Waarvan suikers (g)	29,1
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	3
Zout (g)	0,8

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 180 graden. Vet een rechthoekig cakeblik met een lengte van 25 cm in, of bekleed met bakpapier.
- Rasp de wortel met een grove rasp.
- Hak $\frac{1}{2}$ van de kruidnoten grof.
- Giet de cakemix in een grote kom. Voeg de speculaaskruiden, 160 ml koud water en de zonnebloemolie toe. Mix met een (hand)mixer of garde tot een egaal beslag.

Cake bakken

- Voeg de geraspte wortel en de helft van de gehakte kruidnoten toe aan het beslag en meng goed.
- Giet het beslag vervolgens in de cakevorm en bak de cake 50 - 55 min in de oven.
- Pers ondertussen een halve sinaasappel uit in een kleine kom. Meng de mascarpone door het sinaasappelsap, voeg 3 el poedersuiker toe en klop met een vork tot een luchtige massa. Bewaar in de koelkast.

Serveren

- Controleer of de cake klaar is door er met een satéprikker in te prikkelen. Komt hij er schoon uit? Dan is de cake klaar. Haal hem uit de oven en laat de cake volledig afkoelen.
- Besmeer de bovenkant met de mascarpone-sinaasappeltopping. Garneer met de overige gehakte kruidnoten.
- Snijd de cake in plakken en serveer.

Eet smakelijk!



Appel-peercrumble met kruidnotentopping

met slagroom | om te delen

Sinterklaas Bakken

Totale tijd: 25 - 30 min.



Gezellig samen bakken?

Zet een bordje met jouw bakcreatie bij je schoen en wie weet krijg jij wel een persoonlijk kaartje van Bakpiet. Ontdek de nieuwe Club van Sinterklaas-kaartencollectie bij **Greetz** en stuur jouw favoriete kaart van Bakpiet, Coole Piet of Sinterklaas. **Gebruik de code CLUBSINT en krijg 1 kaart cadeau (t.w.v. €3,49, excl. postzegel).** Veel bakplezier!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, 2x grote kom, handmixer, ovenschaal, deegroller

Ingrediënten

Kruidnoten (g)	200
Appel* (stuk(s))	2
Peer* (stuk(s))	1
Slagroom* (ml)	200
Speculaaskruiden (zakje(s))	1
Rietsuiker (g)	110
Zelf toevoegen	
[Plantaardige] roomboter (el)	5
Bloem (el)	1

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	1161 /278
Vetten (g)	12
Waarvan verzadigd (g)	7,6
Koolhydraten (g)	32
Waarvan suikers (g)	21,5
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	2
Zout (g)	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Vulling maken

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Verwijder het klokhuis van de appels en peer. Snijd de appels en peer in blokjes.
- Meng in een grote kom met 1 el bloem, 100 gram suiker en de speculaaskruiden.
- Verdeel het appelmengsel over een ovenschaal.

Kruimeldeeg maken

- Maal de kruidnoten in een keukenmachine tot kruimels (zie Tip).
- Meng in een grote kom de kruimels met de roomboter tot het een zanderige, kruimelige textuur heeft en samenklontert als je het samenknijpt.
- Maak grove kruimels van ongeveer 1 cm door het deeg tussen je vingers te wrijven en te drukken.

Tip: Heb je geen keukenmachine in huis? Voeg de kruidnoten toe aan een diepvrieszak en verkruimel ze met een deegroller.

Bakken

- Verdeel het kruimeldeeg gelijkmatig over het appel-peermengsel.
- Bak de crumble in 20 - 25 minuten goudbruin in de oven.
- Voeg de slagroom en 10 gram suiker toe aan een kom. Klop met een mixer tot een stevige slagroom.
- Serveer de crumble. Garneer met slagroom naar smaak.

Eet smakelijk!



Chocolademousse met Tony Chocolonely karamel-zeezout

met amandelschaafsel | 4 porties

Sinterklaas Dessert

Totale tijd: 30 - 40 min.



Gezellig samen bakken?

Zet een bordje met jouw bakcreatie bij je schoen en wie weet krijg jij wel een persoonlijk kaartje van Bakpiet. Ontdek de nieuwe Club van Sinterklaas-kaartencollectie bij **Greetz** en stuur jouw favoriete kaart van Bakpiet, Coole Piet of Sinterklaas. **Gebruik de code CLUBSINT en krijg 1 kaart cadeau (t.w.v. €3,49, excl. postzegel).** Veel bakplezier!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Handmixer, mengkom, vershoudfolie, steelpan, koekenpan, hittebestendige kom

Ingrediënten

Chocolade karamel-zeezout (stuk(s))	1½
Slagroom* (ml)	400
Amandelschaafsel (g)	20
Zelf toevoegen	
Suiker (el)	3
Zout (tl)	½

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	1861 /445
Vetten (g)	25
Waarvan verzadigd (g)	14,9
Koolhydraten (g)	27
Waarvan suikers (g)	25,4
Vezels (g)	0
Eiwitten (g)	5
Zout (g)	0,7

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Breek de chocoladerepen in een aantal middelgrote stukken.
- Breng een laagje water aan de kook in een pan. Draai het vuur laag en zet een hittebestendige kom op de pan. Zorg dat de kom het water niet raakt.
- Voeg $\frac{3}{4}$ van de chocolade toe en laat al roerend smelten (zie Tip). Voeg het zout toe en blijf af en toe doorroeren.

Tip: De overige chocolade is niet nodig in dit recept; bewaar het als snack voor een andere keer!

Mengen

- Voeg ondertussen de slagroom en suiker toe aan een kom. Klop met een mixer luchtig en lobbig, maar niet helemaal stijf.
- Haal voorzichtig de kom met gesmolten chocolade van de pan.
- Spatel voorzichtig $\frac{1}{3}$ van de slagroom door de chocolade tot er geen klontjes meer zijn. Herhaal tot de slagroom op is.
- Schep de chocolademousse in kleine glaasjes, dek af met vershoudfolie en laat minimaal 5 uur opstijven in de koelkast.

Serveren

- Haal de chocolademousse ongeveer 1 uur voor serveren uit de koelkast om op kamertemperatuur te laten komen.
- Rooster ondertussen het amandelschaafsel goudbruin in een koekenpan op hoog vuur.
- Garneer de chocolademousse met het amandelschaafsel en serveer.

Eet smakelijk!



No-bake kruidnoten cheesecake

met gezouten karamel en pecannoten | om te delen

Sinterklaas Bakken

Totale tijd: 60 - 70 min.



Gezellig samen bakken?

Zet een bordje met jouw bakcreatie bij je schoen en wie weet krijg jij wel een persoonlijk kaartje van Bakpiet. Ontdek de nieuwe Club van Sinterklaas-kaartencollectie bij **Greetz** en stuur jouw favoriete kaart van Bakpiet, Coolie Piet of Sinterklaas. **Gebruik de code CLUBSINT en krijg 1 kaart cadeau (t.w.v. €3,49, excl. postzegel).** Veel bakplezier!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, staafmixer, handmixer, mengkom, steelpan

Ingrediënten

Fresco spalmable - roomkaas* (g)	300
Slagroom* (ml)	200
Gezouten karamelsaus (g)	40
Kruidnoten (g)	200
Pecanstukjes (g)	40
Cacaopoeder (g)	10
Zelf toevoegen	
[Plantaardige] roomboter (g)	75
Suiker (g)	50

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	1511 /361
Vetten (g)	21
Waarvan verzadigd (g)	12,4
Koolhydraten (g)	27
Waarvan suikers (g)	16,9
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	5
Zout (g)	0,6

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Bewaar een handjevol kruidnoten ter garnering. Verkruimel de rest met een staafmixer in een mengkom tot een bijna poederige consistente.
- Verhit de roomboter in een steelpan en meng de verkruimelde kruidnoten en cacaopoeder erdoor.
- Voeg het mengsel toe aan een ronde cakevorm met doorsnede van 24 cm en druk het goed aan om de bodem te vormen.
- Laat de kruidnootbodem afkoelen in de koelkast tot de vulling klaar is.

Cheesecake maken

- Voeg aan een andere kom de room en suiker toe en gebruik een handmixer om het geheel te mixen, roer daarna de roomkaas erdoor.
- Verdeel de cheesecake vulling over de bodem. Voeg een paar druppels van de gezouten karamelsaus toe en gebruik een vork om swirls te maken in de vulling.
- Zet de cheesecake minstens 4 uur in de koelkast om op te laten stijven.

Serveren

- Garneer de cheesecakerand met de bewaarde kruidnoten.
- Bestrooi de cheesecake met de pecanstukjes.

Eet smakelijk!

Ontbijtbox
Begin de dag vol vitaminen!

1 Avocadotoast met roerei
met tomaat en tuinkers

2 Sandwiches met ham en
kruidenroomkaas

3 Smoothie met banaan en
blauwe bessen

Avocadotoast met roerei

20 min. met tomaat en tuinkers | 2 porties


Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, kom, koekenpan

Ingrediënten voor 2 personen

Ei* (stuk(s))	4
Avocado (stuk(s))	1
Tuinkers* (g)	20
Volkoren ciabatta (stuk(s))	2
Tomaten (stuk(s))	1
Zelf toevoegen	
Olijfolie (tl)	2
[Plantaardige] melk	scheutje
[Plantaardige] roomboter (el)	1
Peper en zout	naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2375 /568	734 /175
Vetten (g)	35,4	10,9
waarvan verzadigd (g)	9,5	2,9
Koolhydraten (g)	31,8	9,8
waarvan suikers (g)	3,4	1
Vezels (g)	8,3	2,6
Eiwitten (g)	26,1	8,1
Zout (g)	1,2	0,4

Stap 1.

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Halveer de avocado en verwijder de pit en schil.
- Snijd het vruchtvlees in dunne plakken. Snijd de tomaat in plakken.

Stap 2.

- Snijd de ciabatta in de lengte doormidden. Sprenkel de olijfolie over de ciabatta.
- Bak 5 - 7 minuten in de oven op een bakplaat met bakpapier.

Stap 3.

- Klop de eieren en de melk met een vork in een kom. Breng op smaak met peper en zout.
- Verhit de roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Voeg het ei toe en laat al roerend in 5 - 6 minuten stollen.

Stap 4.

- Verdeel de ciabattatoast over de borden.
- Beleg met de avocado, de tomaat en het roerei.
- Garneer met de tuinkers. Breng eventueel op smaak met peper en zout.

Contact

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Neem gerust contact op via de website of via onze socialmediakanalen.

Allergenen Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen

Sandwiches met ham en kruidenroomkaas

4 porties | 2 keer ontbijt voor 2 personen

5 min.



Benodigdheden

Ingrediënten voor 4 porties

Achterham* (plakje(s))	6
Kruidenroomkaas* (g)	75
[Mini-]komkommer* (stuk(s))	1
Witte-demibaguette (stuk(s))	4
Zelf toevoegen	
Zwarte peper	naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	834 / 199
Vetten (g)	4
waarvan verzadigd (g)	2
Koolhydraten (g)	32
waarvan suikers (g)	1,3
Vezels (g)	2,4
Eiwitten (g)	8
Zout (g)	1

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.

Smoothie met banaan en blauwe bessen

4 porties | 2 keer ontbijt voor 2 personen

5 min.



Benodigdheden

Blender of staafmixer met hoge kom

Ingrediënten voor 4 porties

Banaan (stuk(s))	4
Biologische halfvolle melk* (ml)	500
Blauwe bessen* (g)	250
Biologische yoghurt Griekse stijl* (g)	150
Zelf toevoegen	
Honing [of plantaardig alternatief]	naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	306 / 73
Vetten (g)	2
waarvan verzadigd (g)	1
Koolhydraten (g)	11
waarvan suikers (g)	9,5
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	2
Zout (g)	0,1

Tip: Meng eventueel honing naar smaak door de smoothie.

Eet smakelijk!



Smoothiebox

3 verse smoothies | 2 porties per smoothie

Ontbijt

Totale tijd: 10 - 15 min.



Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Blender of staafmixer met hoge kom

Ingrediënten

Passievrucht* (stuk(s))	6
Mango* (stuk(s))	3
Blauwe bessen* (g)	125
Sinaasappel* (stuk(s))	4
Biologische halfvolle melk* (ml)	400
Biologische volle yoghurt* (g)	200
Kokosrasp (g)	10
Zelf toevoegen	
Honing [of plantaardig alternatief]	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	244 /58
Vetten (g)	1
Waarvan verzadigd (g)	0,7
Koolhydraten (g)	9
Waarvan suikers (g)	7,9
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	2
Zout (g)	0

* De voedingswaarden zijn gebaseerd op een gemiddelde van de 3 variaties.

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Mango-kokossmoothie

- Schil 2 mango's en snijd in blokjes. Voeg de mango toe aan een blender of hoge kom met staafmixer.
- Voeg 100 g yoghurt en 200 ml melk toe. Mix tot een dikke smoothie.
- Voeg eventueel honing naar smaak toe. Schenk de smoothie in glazen en garneer met de kokosrasp.

Passievruchtsmoothie

- Schil 1 mango en snijd in blokjes. Halveer 3 passievruchten en schep het vruchtvlees eruit.
- Voeg de mango en passievrucht toe aan een blender of hoge kom met staafmixer. Voeg 100 g yoghurt en 200 ml melk toe en mix tot een dikke smoothie.
- Voeg eventueel honing naar smaak toe en schenk de smoothie in glazen. Halveer 1 passievrucht en schep het vruchtvlees bovenop de smoothies.

Blauwebessen-passievruchtsmoothie

- Halveer 4 sinaasappels en pers de sinaasappels uit. Halveer 2 passievruchten en schep het vruchtvlees in een blender of hoge kom met staafmixer.
- Voeg het sinaasappelsap en $\frac{2}{3}$ van de blauwe bessen toe. Mix tot een dikke smoothie.
- Voeg eventueel honing naar smaak toe. Schenk de smoothie in glazen en garneer met de overige bosbessen.

Eet smakelijk!



Groene smoothie

met spinazie, avocado en munt | 2 porties

Ontbijt

Totale tijd: 10 - 15 min.



Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, staafmixer of blender, hoge kom

Ingrediënten

Avocado (stuk(s))	1
Banaan (stuk(s))	2
Spinazie* (g)	50
Vers munt* (g)	10
Sinaasappel* (stuk(s))	5
Zelf toevoegen	
Honing [of plantaardig alternatief] (tl)	2

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	1690 /404	286 /68
Vetten (g)	10	2
Waarvan verzadigd (g)	1,2	0,2
Koolhydraten (g)	66	11
Waarvan suikers (g)	56,4	9,6
Vezels (g)	6	1
Eiwitten (g)	7	1
Zout (g)	0	0

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Fruit snijden

- Pers 5 sinaasappels uit boven een kom (zie Tip).
- Pel 2 bananen en snijd de banaan in plakjes.

Tip: Geen sinaasappelpers? Je kunt de sinaasappels ook mee pureren in de smoothie!

Avocado snijden

- Halveer de avocado en verwijder de pit en schil. Snijd het vruchtvlees in plakken.
- Ris de blaadjes van de takjes munt (zie Tip).

Tip: Houd je niet van munt? Laat deze dan achterwege.

Mixen

- Voeg het sinaasappelsap, de muntblaadjes, avocado, banaan, 50 g spinazie en de honing toe aan een blender of hoge kom met staafmixer.
- Mix tot een dikke smoothie. Voeg eventueel wat water of een scheutje melk toe om de smoothie te verdunnen.
- Verdeel de smoothie over de glazen.

Eet smakelijk!



Feestelijke Sinterklaas overnight oats

met kruidnoten, appel en mandarijn | 4 porties

Sinterklaas Ontbijt

Totale tijd: 15 - 20 min.



Gezellig samen bakken?

Zet een bordje met jouw bakcreatie bij je schoen en wie weet krijg jij wel een persoonlijk kaartje van Bakpiet. Ontdek de nieuwe Club van Sinterklaas-kaartencollectie bij **Greetz** en stuur jouw favoriete kaart van Bakpiet, Coole Piet of Sinterklaas. **Gebruik de code CLUBSINT en krijg 1 kaart cadeau (t.w.v. €3,49, excl. postzegel).** Veel bakplezier!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, vershoudfolie, koekenpan

Ingrediënten

Biologische halfvolle melk* (ml)	200
Kruidnoten (g)	100
Appel* (stuk(s))	1
Mandarijn* (stuk(s))	2
Havermout (g)	150
Speculaaskruiden (zakje(s))	1
Zelf toevoegen	
[Plantaardige] roomboter (el)	½
Honing [of plantaardig alternatief] (el)	1
Zout	naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	727 /174
Vetten (g)	4
Waarvan verzadigd (g)	1,7
Koolhydraten (g)	29
Waarvan suikers (g)	9,6
Vezels (g)	2
Eiwitten (g)	4
Zout (g)	0,2

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Oats bereiden

- Meng in een kom de havermout met de melk en een snufje zout.
- Dek de kom af met vershoudfolie, zet het in de koelkast en laat de havermout minimaal 6 uur, of een nacht, weken.

Gekaramelliseerde appel maken

- Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd de appel in schijfjes.
- Verhit een klontje roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de appel, wat honing en de speculaaskruiden toe.
- Bak 5 - 6 minuten, of tot de appel zacht is.

Serveren

- Pel de mandarijn en verdeel in partjes.
- Hak de kruidnoten grof.
- Verdeel de overnight oats over vier kommen.
- Leg de gekaramelliseerde appel, de kruidnoten en de mandarijn erbovenop. Besprenkel met honing naar smaak.

Eet smakelijk!



Ontbijtbowls met Griekse yoghurt en vers fruit

met 3 variaties van toppings | 2 porties per variatie

Ontbijt

Totale tijd: 10 - 15 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Ingrediënten

Blauwe bessen* (g)	125
Appel* (stuk(s))	2
Pompoenpitten (g)	20
Mango* (stuk(s))	2
Kokosrasp (g)	20
Walnootstukjes (g)	20
Bio yoghurt Griekse stijl* (g)	1000
Zelf toevoegen	
Honing [of plantaardig alternatief]	naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	482 /115
Vetten (g)	7
Waarvan verzadigd (g)	4
Koolhydraten (g)	8
Waarvan suikers (g)	5,6
Vezels (g)	1
Eiwitten (g)	3
Zout (g)	0,1

* De voedingswaarden zijn gebaseerd op een gemiddelde van de 3 variaties.

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Griekse yoghurt met blauwe bessen, appel en pompoenpitten

- Verwijder het klokhuis en snijd 1 appel in blokjes.
- Verdeel een $\frac{1}{3}$ van de Griekse yoghurt over twee kommen.
- Garneer met de appel, de helft van de blauwe bessen en pompoenpitten.
- Voeg honing naar smaak toe.

Griekse yoghurt met mango, appel en geraspte kokos

- Schil 1 mango en snijd in blokjes. Schil 1 appel en snijd in blokjes.
- Verdeel een $\frac{1}{3}$ van de Griekse yoghurt over twee kommen.
- Garneer met de mango, appel en geraspte kokos.
- Voeg honing naar smaak toe.

Griekse yoghurt met blauwe bessen, mango en walnoten

- Schil 1 mango en snijd in blokjes.
- Verdeel een $\frac{1}{3}$ van de Griekse yoghurt over twee kommen.
- Garneer met de mango, de helft van de blauwe bessen en de walnoten.
- Voeg honing naar smaak toe.

Eet smakelijk!



Hartige ontbijtcrackers

met 3 variaties van toppings | 2 porties per dag

Ontbijt

Totale tijd: 10 - 15 min.



Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Steelpan, kleine kom

Ingrediënten

Kruidenroomkaas* (g)	100
Tuinkers* (g)	20
Avocado (stuk(s))	1
Ei* (stuk(s))	4
Achterham* (plakje(s))	8
Fresco spalmabile - roomkaas* (g)	100
Radix* (bosje(s))	1
Crackers (stuk(s))	12
Zelf toevoegen	
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	683 / 163
Vetten (g)	11
Waarvan verzadigd (g)	4
Koolhydraten (g)	3
Waarvan suikers (g)	1,6
Vezels (g)	3
Eiwitten (g)	11
Zout (g)	0,6

* De voedingswaarden zijn gebaseerd op een gemiddelde van de 3 variaties.

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Optie 1: Ham en kruidenroomkaas

- Verdeel vier crackers over twee borden.
- Besmeer de crackers met de kruidenroomkaas.
- Verdeel de helft van de ham over de crackers en garneer met de tuinkers.

Optie 2: Avocado en gekookt ei

- Breng ruim water aan de kook in een steelpan. Voeg de eieren voorzichtig toe en kook de eieren 5 - 7 minuten (zie Tip).
- Giet daarna af en laat de eieren schrikken onder koud water. Pel de eieren en snijd doormidden.
- Halver de avocado en verwijder de pit en schil. Prak in een kleine kom het vruchtvlees fijn. Breng op smaak met peper en zout.
- Verdeel vier crackers over twee borden. Verdeel de geprakte avocado erover. Garneer met de eieren en de tuinkers.

Tip: Je kunt de eieren ook vantevoren koken en in de koelkast bewaren. Pel de eieren in de ochtend om je crackers mee te beleggen.

Optie 3: Roomkaas, ham en radix

- Verdeel vier crackers over twee borden.
- Snijd de radix in dunne plakken.
- Besmeer de crackers met de roomkaas.
- Verdeel de helft van de ham over de crackers en garneer met de radix. Breng op smaak met peper en zout.

Eet smakelijk!



American pancakes met mascarpone

met aardbeiensaus en honing | 2 porties

Ontbijt

Totale tijd: 25 - 30 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Aluminiumfolie, grote koekenpan, steelpan, kleine kom, 2x kom, garde

Ingrediënten

Tarwebloem (g)	150
Ei* (stuk(s))	2
Biologische boeren karnemelk* (ml)	200
Aardbeienjam (g)	15
Bakpoeder (g)	8
Mascarpone* (g)	50
Citroen* (stuk(s))	1
Zelf toevoegen	
Zonnebloemolie (el)	1
Suiker (tl)	2
Zout (tl)	½
Honing [of plantaardig alternatief]	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2427 / 580	754 / 180
Vetten (g)	24	7
Waarvan verzadigd (g)	10	3,1
Koolhydraten (g)	72	22
Waarvan suikers (g)	13,1	4,1
Vezels (g)	4	1
Eiwitten (g)	22	7
Zout (g)	3,2	1

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Kluts de eieren in een kom. Voeg de karnemelk toe en klop alles luchtig met een garde (zie Tip).
- Weeg 150 g bloem af. Voeg de bloem, ½ zakje bakpoeder, ½ tl zout en 1 tl suiker toe aan een andere kom.
- Pers de citroen uit boven een kleine kom.
- Spatel de opgeklopte eieren en karnemelk door het bloemmengsel. Voeg 1 el citroensap toe en meng goed.

Tip: Het is luchtig genoeg zodra er veel luchtbellen zichtbaar zijn.

Pancakes bakken

- Verhit een scheutje zonnebloemolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur.
- Schenk een soeplepel beslag in de pan (zie Tip).
- Bak de pannenkoek in ongeveer 2 minuten per kant bruin. Haal uit de pan en houd warm onder aluminiumfolie.
- Herhaal tot het beslag op is. Voeg indien nodig tussendoor extra zonnebloemolie toe aan de koekenpan.

Tip: Let op: je bakt kleine pannenkoeken - deze kun je hoger stapelen.

Saus maken

- Voeg ondertussen de aardbeiensaus, 2 el water en 1 tl suiker toe aan een steelpan op middelhoog vuur.
- Laat 2 - 3 minuten sudderen, of tot er een stroperige saus ontstaat.
- Stapel de pancakes op een serveerschaal en schenk de saus erover.
- Serveer met de mascarpone en besprenkel met honing naar smaak.

Eet smakelijk!



Appeltaart-wentelteefjes

met citroenslagroom | 2 porties

Ontbijt

Totale tijd: 25 - 30 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, diep bord, koekenpan met deksel, grote kom, grote koekenpan, fijne rasp, handmixer, garde

Ingrediënten

Slagroom* (ml)	100
Citroen* (stuk(s))	1
Appel* (stuk(s))	2
Gemalen kaneel (tl)	3
Briochebroodje (stuk(s))	2
Ei* (stuk(s))	2
Biologische halfvolle melk* (ml)	125
Zelf toevoegen	
Suiker (el)	1
[Plantaardige] roomboter (el)	1
Water voor saus (ml)	100
Zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2841 /679	569 /136
Vetten (g)	26	5
Waarvan verzadigd (g)	14,4	2,9
Koolhydraten (g)	69	14
Waarvan suikers (g)	28,6	5,7
Vezels (g)	8	2
Eiwitten (g)	18	4
Zout (g)	1	0,2

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Klop met een handmixer de room met de helft van de suiker 2 - 3 minuten in een kom.
- Rasp de schil van de citroen boven de slagroom, roer goed door en zet in de koelkast tot stap 4.
- Snijd de appels in blokjes van 1 cm en voeg toe aan een grote kom. Pers de citroen erboven uit, voeg de overige suiker toe en meng goed.

Appelmoes maken

- Verhit een klontje roomboter in een koekenpan op middelmatig vuur.
- Voeg de aangegeven hoeveelheid water en het appelmengsel toe en zet het vuur laag. Laat 6 minuten afgedekt pruttelen.
- Haal het deksel van de pan, roer de helft van de kaneel erdoor en laat nog 6 minuten pruttelen, of tot de appel zacht wordt en de suiker is opgelost.
- Snijd de briochebroodjes doormidden. Klop met een garde de eieren, de melk, een snufje zout en de overige kaneel in een groot diep bord.

Serveren

- Verhit een klontje roomboter in een grote koekenpan op middelhoog vuur.
- Week de briocheplakken per twee stuks in het eimengsel, tot ze volledig verzadigd zijn.
- Bak direct de briocheplakken 4 minuten per kant, of tot ze goudbruin zijn. Herhaal dit tot alle plakjes klaar zijn.
- Verdeel de wentelteefjes over de borden. Schep de appelmoes en de citroenslagroom ertop.

Eet smakelijk!



Eggs Benedict met spinazie en bacon

met briochebroodje en hollandaisesaus | 2 porties

Ontbijt

Totale tijd: 20 - 25 min.



Stel je perfecte feestmaaltijd samen met onze speciale kerstselectie! Dit heerlijke hoofdgerecht is een van de vele recepten die je kunt combineren om je ideale feestmaaltijd te creëren. Bekijk alle opties in de categorie Kerst.

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Keukenpapier, bord, kleine steelpan, koekenpan, garde

Ingrediënten

Ei* (stuk(s))	4
Hollandaisesaus* (g)	50
Briochebroodje (stuk(s))	2
Spinazie* (g)	100
Ontbijtspek* (plakje(s))	4
Zelf toevoegen	
Zonnebloemolie (el)	1
Witte wijnazijn (el)	4
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2494 /596	777 /186
Vetten (g)	37	12
Waarvan verzadigd (g)	9,8	3,1
Koolhydraten (g)	38	12
Waarvan suikers (g)	5,5	1,7
Vezels (g)	4	1
Eiwitten (g)	27	8
Zout (g)	2	0,6

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Eieren pocheren

- Breng ruim water aan de kook in een grote pan. Voeg de azijn toe zodra het kookt (zie Tip).
- Draai met een garde het water rond zodat er een draaikolk ontstaat. Breek voorzichtig een voor een de eieren in het midden van de draaikolk, zet het vuur laag en kook tot het eiwit volledig gaar en stevig is. Dit duurt ongeveer 2 - 3 minuten.
- Gebruik een schuimspaan om elk ei voorzichtig uit de pan te halen en leg op een bord met keukenpapier om uit te lekken.

Tip: In plaats van de eieren te pocheren kun je er ook voor kiezen om ze te koken: 6 minuten voor zachtgekookt of 10 minuten voor hardgekookt.

Spinazie bereiden

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Verhit ondertussen de zonnebloemolie in een koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de spinazie toe aan de pan. Voeg een snuf zout en peper toe. Bak 1 minuut zodat de spinazie begint te slinken. Haal uit de pan.
- Voeg het ontbijtspek toe aan de pan en bak 4 - 5 minuten, of tot knapperig.
- Verwarm de hollandaisesaus 1 - 2 minuten in een steelpan. Bak de briochebroodjes 3 - 4 minuten in de oven.

Serveren

- Snijd de briochebroodjes open en beleg met de spinazie en het ontbijtspek.
- Leg de eieren erop en verdeel de hollandaisesaus eroverheen.

Eet smakelijk!



Pokébowl met kip en avocado

met sesamzaad en komkommer | 2 porties

Lunch

Totale tijd: 20 - 25 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, pan met deksel, 2x kleine kom, koekenpan

Ingrediënten

Sushirijst (g)	150
Mini-komkommer* (stuk(s))	1
Wittekool en wortel* (g)	100
Avocado (stuk(s))	1
Kipfilet* (stuk(s))	2
Sojasaus (ml)	20
Sesamzaad (zakje(s))	1
Zelf toevoegen	
Wittewijnnazijn (el)	2
Suiker (tl)	2
[Plantaardige] roomboter (el)	1
Honing [of plantaardig alternatief] (el)	1
[Plantaardige] mayonaise (el)	1
Peper & zout	naar smaak
Water (ml)	350

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2883 / 689	502 / 120
Vetten (g)	28	5
Waarvan verzadigd (g)	7,2	1,3
Koolhydraten (g)	76	13
Waarvan suikers (g)	15,5	2,7
Vezels (g)	4	1
Eiwitten (g)	34	6
Zout (g)	1,9	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Rijst koken

- Breng 350 ml water met een snufje zout aan de kook in een pan met deksel voor de rijst. Kook de rijst 12 - 15 minuten op laag vuur.
- Zet het vuur uit en houd afgedekt apart tot serveren.
- Meng in een kom 1 el wittewijnnazijn met 1 tl suiker.
- Voeg de koolmix toe aan de kom, breng op smaak met peper en zout en meng goed. Zet apart tot gebruik en schep af en toe om.

Kip bakken

- Snijd de kip in blokjes en breng op smaak met peper en zout.
- Verhit de roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de kip 4 - 5 minuten, of tot de kip gaar is. Breng op smaak met peper en zout.
- Meng in een kleine kom de honing met de helft van de sojasaus, voeg toe aan de kip en roer door zodat de kip gelijkmatig bedekt is. Laat 1 - 2 minuten karamelliseren en roer dan de helft van het sesamzaad erdoor.
- Haal de pan van het vuur.

Serveren

- Snijd de komkommer in blokjes. Halveer de avocado en verwijder de pit en schil. Snijd het vruchtvlees in plakjes.
- Meng in een kleine kom de mayonaise met de overige sojasaus.
- Voeg de overige wittewijnnazijn en suiker toe aan de rijst en roer door met een vork.
- Verdeel de rijst over kommen. Leg de kip, komkommer, avocado en koolmix erbovenop. Besprenkel met de sojamayo en garneer met het overige sesamzaad.

Eet smakelijk!



Wraps met tonijn, mango en avocado

met koriander en bosui | 2 porties

Lunch

Totale tijd: 15 - 20 min.



Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Grote kom, zeef

Ingrediënten

Tonijn in water (blik(ken))	1
Mango* (stuk(s))	1
Bosui* (bosje(s))	½
Verge koriander en munt* (g)	10
Little gem* (stuk(s))	2
Avocado (stuk(s))	1
Witte tortilla (stuk(s))	4
Zelf toevoegen	
[Plantaardige] mayonaise (el)	2
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2674 /639	588 /141
Vetten (g)	31	7
Waarvan verzadigd (g)	4	0,9
Koolhydraten (g)	63	14
Waarvan suikers (g)	19,6	4,3
Vezels (g)	9	2
Eiwitten (g)	23	5
Zout (g)	1,7	0,4

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Snijd de koriander en munt grof.
- Halver de avocado en verwijder de pit en schil. Snijd het vruchtvlees in plakjes.
- Verwijder de harde kern van de little gem en trek de bladeren los van elkaar.
- Giet de tonijn af.

Tonijnsalade maken

- Snijd de bosui in dunne ringen.
- Schil de mango en snijd het vruchtvlees in reepjes.
- Voeg de tonijn toe aan een grote kom.
- Voeg de mayonaise, de bosui, koriander en munt toe en meng goed door. Breng op smaak met peper en zout.

Serveren

- Leg 2-3 little gemblaadjes in het midden van elke tortilla.
- Verdeel de tonijnsalade, mango en avocado over de tortilla's.
- Rol de tortilla's op en snijd voor het serveren doormidden.

Eet smakelijk!



Spicy pulled chicken sandwich

op Turks broodje met sriracha-mayo | 2 porties

Lunch

Totale tijd: 15 - 20 min.



Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Koekenpan

Ingrediënten

Rode ui (stuk(s))	1
Mini-komkommer* (stuk(s))	1
Paprika* (stuk(s))	1
Knoflookteent (stuk(s))	1
Pulled chicken* (g)	100
Zoet-pittige chilisaus* (zakje(s))	1
Mini Turks brood (stuk(s))	2
Sriracha-mayo* (g)	100
Radicchio en ijsbergsla* (g)	50
Zelf toevoegen	
[Zoutarme] ketjap manis (el)	1
Zonnebloemolie (el)	1
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2745 /656	609 /145
Vetten (g)	33	7
Waarvan verzadigd (g)	4,3	1
Koolhydraten (g)	66	15
Waarvan suikers (g)	18,9	4,2
Vezels (g)	7	2
Eiwitten (g)	21	5
Zout (g)	2,8	0,6

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Snipper de ui en snijd de paprika in reepjes.
- Pers de knoflook of snijd fijn.

Pulled chicken bakken

- Verhit 1 el zonnebloemolie in een koekenpan op middelhoog vuur.
- Bak de knoflook en de ui 2 minuten. Voeg de paprika en de pulled chicken toe en bak 4 minuten.
- Voeg de zoet-pittige chilisaus en de ketjap toe en verwarm het geheel nog 2 minuten.
- Breng op smaak met peper en zout.

Serveren

- Bak het Turkse broodje 5 - 8 minuten in de oven.
- Snijd de komkommer in plakjes.
- Snijd de broodjes open en beleg met de pulled chicken, komkommer en slamix.
- Besprenkel met sriracha-mayo en serveer.

Eet smakelijk!



Cheesy wraptosti's met salami en mozzarella

met pesto en tomaat | 2 porties

Lunch

Totale tijd: 15 - 20 min.



Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Koekenpan

Ingrediënten

Witte tortilla (stuk(s))	4
Pesto genovese* (g)	40
Tomaat (stuk(s))	2
Mozzarella* (bol(len))	1
Salami* (plakje(s))	6
Zelf toevoegen	
Zonnebloemolie (el)	½

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2807 / 671	1001 / 239
Vetten (g)	42	15
Waarvan verzadigd (g)	14,1	5
Koolhydraten (g)	46	17
Waarvan suikers (g)	4,3	1,5
Vezels (g)	3	1
Eiwitten (g)	25	9
Zout (g)	2,4	0,9

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Leg elke tortilla plat neer en snijd met een mes vanuit het midden naar de rand van de wrap.
- Snijd de tomaat in dunne plakjes. Snijd de mozzarella in plakjes.
- Beleg de eerste kwart van de tortilla, links van de inkoping, met salami.
- Beleg de kwart tortilla recht onder de salami met de kaas.

Wraps vouwen

- Beleg de volgende kwart tortilla, rechts van de kaas, met de plakjes tomaat.
- Besmeer de laatste kwart tortilla met de pesto.
- Vouw de kwarten één voor één voorzichtig om, zodat er een driehoekige wrap ontstaat: vouw eerst het gedeelte met de salami over het deel met de kaas.
- Vouw daarna over de tomaten en als laatste over de pesto. Duw de tortilla voorzichtig plat.

Serveren

- Verhit de zonnebloemolie in een koekenpan op middelhoog vuur.
- Bak de driehoekige wraps 2 - 3 minuten per kant, tot ze goudbruin zijn en de kaas gesmolten is.
- Serveer de wraptosti's op een bord.

Eet smakelijk!



Fusion bao buns met butter chicken

met zoetzure ui en koriander | 2 porties

Lunch

Totale tijd: 15 - 20 min.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, koekenpan

Ingrediënten

Bao-broodje (stuk(s))	4
Kippendij* (stuk(s))	2
Kookroom (g)	150
Kerriepoeder (zakje(s))	1
Afrikaanse kruidenmix (zakje(s))	1
Tomatenpuree (kuipje(s))	1
Verge koriander* (g)	10
Rode ui (stuk(s))	1
Zelf toevoegen	
[Plantaardige] roomboter (el)	2
Honing [of plantaardig alternatief] (el)	1
Rodewijnazijn (el)	2
Suiker (tl)	2
Peper & zout	naar smaak

*in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3138 /750	758 /181
Vetten (g)	34	8
Waarvan verzadigd (g)	18,5	4,5
Koolhydraten (g)	78	19
Waarvan suikers (g)	29	7
Vezels (g)	6	1
Eiwitten (g)	33	8
Zout (g)	1,2	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Snijd de ui in dunne halve ringen.
- Meng in een kom de rodewijnazijn en suiker. Voeg de ui toe en breng op smaak met peper en zout. Meng goed en zet apart zodat de smaken kunnen intrekken. Roer af en toe door.

Bakken

- Verhit de roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Voeg het kerriepoeder en de Afrikaanse kruidenmix toe en bak 1 minuut. Voeg de tomatenpuree toe en bak 1 minuut verder.
- Snijd ondertussen de kip in stukken van 1 cm. Voeg toe aan de koekenpan en bak 3 - 4 minuten.
- Voeg de kookroom en de honing toe. Roer goed door, zet het vuur hoger en bak 1 - 2 minuten. Breng op smaak met peper en zout.

Serveren

- Bak ondertussen de bao buns 4 - 5 minuten in de oven.
- Snijd de koriander fijn.
- Open de bao buns voorzichtig en vul ze met de kip en de romige saus.
- Garneer met de ingelegde ui en de koriander.

Eet smakelijk!



Feestelijke gourmetbox

recepten met gegrilde groenten, vlees en vis | 4 porties

Gourmet

Totale tijd: 75 - 85 min.



KERST
SELECTIE

Stel je perfecte feestmaaltijd samen met onze speciale kerstselectie! Dit heerlijke hoofdgerecht is een van de vele recepten die je kunt combineren om je ideale feestmaaltijd te creëren. Bekijk alle opties in de categorie Kerst.

Benodigdheden

2x kom, ovenschaal, steelpan, kleine kom, 2x 2x kom

Ingrediënten voor 4 personen

Ontbijtsppek* (plakje(s))	6
Kipfilet* (stuk(s))	2
Garnalen* (g)	240
Zalmfilet* (stuk(s))	2
Teriyakisaus (g)	50
Witte demi-baguette (stuk(s))	4
Ongezouten boter* (g)	150
Verge bladpeterselie en bieslook* (g)	40
Knoflookteent (stuk(s))	3
Courgette* (stuk(s))	1
Paprika* (stuk(s))	2
Midden-Oosterse kruidenmix (zakje(s))	1
Aardappelpartjes*	600
Pindasaus* (g)	120
Whiskeysaus* (g)	120
Appel* (stuk(s))	2
Koekjesdeeg chocolade* (pak(ken))	½
Snoeptomaatjes* (g)	500
Citroenmajo met zwarte peper* (g)	100
Gemalen kaneel (tl)	1½
Rundergehakt Italiaans gekruid* (g)	200
Steak* (stuk(s))	2
Varkensworst met majoraan en knoflook* (stuk(s))	2
Zelf toevoegen	
Olijfolie (el)	4
Peper & zout	naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	728 /174
Vetten (g)	11
Waarvan verzadigd (g)	3,6
Koolhydraten (g)	11
Waarvan suikers (g)	3
Vezels (g)	2
Eiwitten (g)	7
Zout (g)	0,5

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Brood en kruidenboter klaarmaken

- Verwarm de oven voor op 200 graden. Laat de boter op kamertemperatuur komen.
- Snijd de bieslook en peterselie fijn. Pers de knoflook of snijd fijn.
- Meng in een kleine kom 125 g roomboter met ⅓ van de verse kruiden en ⅓ van de knoflook. Breng op smaak met peper en zout. Houd apart om later met het brood aan tafel te serveren.
- Bak het brood 6 - 8 minuten in de oven.



Aardappelen bakken

- Leg de aardappelen en 2 el olijfolie in een ovenschaal. Breng op smaak met peper en zout en meng goed.
- Rooster 6 - 8 minuten in de oven.
- At the table:**
- Voeg de aardappelen en 1 el van de knoflookboter toe aan een gourmetpannetje en bak een paar minuten.



Vis bereiden

- Meng in een kom de garnalen met 25 g boter en de overige: verse kruiden en knoflook. Breng op smaak met peper en zout.
- Snijd de zalm in blokjes van 4 cm en voeg toe aan een kom. Meng met de helft van de teriyakisaus.
- At the table:**
- Bak de garnalen en zalm op de plaat.



Vlees bereiden

- Voeg het gehakt toe aan een kom en breng op smaak met peper en zout. Kneed tot kleine balletjes en leg op een bord.
- Snijd de worst in stukjes. Halveer het spek, wikkel om de worstjes en leg op een bord.
- Snijd de kip in stukjes van 4 cm. Meng in een kom met de overige teriyakisaus.
- Snijd de biefstuk in stukjes van 4 cm en leg op een bord.
- Verwarm de pindasaus in een steelpan op middelhoog vuur.

At the table:

- Bak het vlees op de gourmet en serveer met de pindasaus, citroenmajo en whiskeysaus.



Groenten bereiden

- Snijd de paprika in reepjes.
- Snijd de courgette in plakjes.
- Meng in een kom de groenten met 2 el olijfolie en de Midden-Oosterse kruidenmix. Breng op smaak met peper en zout.
- Leg de tomaten in een kom en serveer tijdens het gourmetten.

At the table:

- Bak de courgette en paprika op de gourmet.



Nagerecht bereiden

- Verwijder het klokhuis van de appels en snijd in blokjes.
- Meng in een kom de appel met 1 tl kaneel.
- Verkruimel de helft van het koekjesdeeg en leg op een bord (zie Tip).

Tip: Je gebruikt maar de helft van het koekjesdeeg. Volg de instructies op de verpakking om koekjes te maken van het overgebleven deeg! Aan tafel: Bak de appel een paar minuten in een gourmetpannetje, of tot de appel zacht wordt. Voeg een laagje van het verkruimelde koekjesdeeg toe en bak een paar minuten, of tot het deeg knapperig wordt.

Eet smakelijk!



Fonduebox | Zelfgemaakte kaasfondue van 3 kazen

met demi-baguettes, charcuterie en dipgroenten | 4 personen

Gourmet

Totale tijd: 30 - 40 min.



Stel je perfecte feestmaaltijd samen met onze speciale kerstselectie! Dit heerlijke hoofdgerecht is een van de vele recepten die je kunt combineren om je ideale feestmaaltijd te creëren. Bekijk alle opties in de categorie Kerst.

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Grote pan, fijne rasp, 2x pan met deksel, koekenpan, 2x kom, garde

Ingrediënten voor 4 personen

Geraspte emmentaler* (g)	400
Geraspte gruyère DOP* (g)	300
Geraspte Goudse kaas* (g)	100
Witte wijn (ml)	374
Nootmuskaat (mespuntje(s))	2
Knoflookteent (stuk(s))	1
Kastanjechampignons* (g)	250
Broccoli* (g)	360
Rode puntpaprika* (stuk(s))	1
Serranoham* (g)	80
Krieltjes (g)	400
Achterham* (plakje(s))	8
Italiaanse kruiden (zakje(s))	½
Rode cherryltomaat (g)	250
Witte demi-baguette (stuk(s))	4
Limoen* (stuk(s))	¼
Zelf toevoegen	
Olijfolie (el)	1
Zoutarm groenteboillonblokje (stuk(s))	½
Bloem (el)	½
Peper & zout	naar smaak
* in de koelkast bewaren	

Voedingswaarden

	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	723 /173
Vetten (g)	8
Waaran verzadigd (g)	5,2
Koolhydraten (g)	12
Waaran suikers (g)	0,9
Vezels (g)	2
Eiwitten (g)	10
Zout (g)	0,7

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



1



2



3



4



5



6

Puntpaprika snijden

- Pers de knoflook of snijd fijn.
- Verwijder de zaadlijsten van de puntpaprika en snijd in stukken van 2 - 3 cm (de stukken moeten op jouw fonduetong passen). Snijd de limoen in 4 delen en pers 1 limoensapje uit boven een kom.
- Meng in een andere kom de bloem met ½ el water. Roer goed zodat eventuele klontjes oplossen.
- Rasp ongeveer 2 mespuntjes nootmuskaat.

Fondue maken

- Verhit een scheutje olijfolie in een fonduepan of grote steelpan op middelhoog vuur. Bak de knoflook 1 - 2 minuten.
- Blus af met de witte wijn en het limoensap en breng aan de kook. Voeg de nootmuskaat toe.
- Voeg in delen de kazen toe en laat smelten. Roer goed met een garde (zie Tip).
- Voeg het bloemmengsel toe en blijf roeren. Breng voorzichtig aan de kook, maar zet het vuur direct laag als het gaat pruttelen. Laat op laag vuur 1 - 2 minuten zachtjes koken.

Tip: Laat de pan op middelhoog vuur wanneer je de kaas toevoegt, zodat het goed smelt.

Serveren

- Zet de pan met kaafondue op tafel. Houd warm met een theelicht of rechaud (zie Tip).
- Serveer de broccoli, champignons, paprika, cherryltomaat en krieltjes in aparte kommen.
- Rol de serrano- en achterham op en leg op een bord. Snijd de stokbroden in plakken. Serveer met de overige limoensapjes.

Tip: Heb je geen theelicht of rechaud en begint de kaas te stollen? Zet de pan kort terug op het vuur en verwarm al roerend, tot de kaas weer zacht is.

Eet smakelijk!