

Op kookavontuur met Sneeuwwitje en de 7 dwergen



Wortelsoep
Tompoezen
Bosbessentaart
Appelbollen

Greet Lybaert (Diëtiste)
Polenstraat 169a
9940 Sleidinge
tel: 09/357 60 86
fax: 09/357 78 35

Gemeentelijke Jeugddienst
Wippelgemdorp 12
9940 Evergem
tel: 09/251 88 02



Appelbollen

Boodschappenlijstje

voor 10 personen:
diepvries baderdeeg Koopman
(verkrijgbaar bij Delhaize)
10 kleine jonagold appels (10/kg)
6 eieren
abrikozenjam
1 pakje boter
1 pak bruine suiker (cassonade)
100 gram broyage 50/50
kaneelpoeder



1 Zet het keukengerei klaar:

- aardappelmes/dunschiller
- appelboor
- kom
- klopper
- koffielepel
- schaaltje/ 2 vorken/ borstel
- aluminiumvormpjes
- kleine kookpot



2 Appelbollen

Dit heb je nodig:

voor 10 personen:
10 velletjes diepvries baderdeeg
Koopman (verkrijgbaar bij Delhaize)
10 kleine jonagold appels (10/kg)
1 ei
abrikozenjam
voor bruine suiker -saus
100 gram boter
100 gram bruine suiker
100 gram broyage 50/50
1 koffielepel kaneelpoeder

Werkwijze :

Verwarm de warmelucht oven voor op 170°C.

1. Neem 1 velletje bladerdeeg per persoon. Doe het papertje weg. Laat ontdooien.

2 Maak bruine suiker-saus:

Roer 100 gram boter slap. Voeg 100 gram bruine suiker, 100 gram broyage 50/50 en 1 koffielepel kaneelpoeder toe.

3 Boor het klohuis uit de applen.

Schil 1 appel per persoon in het rond.

4 Leg de appel in het midden van het bladerdeegvelletje.

5 Vul de holte met bruine suiker-saus tot bovenaan.

6 Neem de 4 hoeken bij elkaar. Sluit mooi.

7 Plaats omgekeerd in een aluminiumvormpje.

8 Breek 1 ei in schaaltje. Leg 2 vorken boven elkaar. Klop het ei ermee los.

9 Bestrijk het deeg met losgeklopt ei. Laat 15 minuten rusten.

10 Bak de appelbollen 20 minuten.

11 Laat abrikozenjam inkoken in een kleine kookpot.

12 Haal de applebollen uit de oven. Laat afkoelen.

13 Bestrijk de afgekoelde appelbollen met een laagje ingekookte abrikozenjam.



Tompoezen



1 Zet het keukengerei klaar:
bakplaat / oven
maatbeker
klopper
keukenpenseel
koekjesvormpje
zeef
vork

Boodschappenlijstje
voor 6 personen:
diepvries baderdeeg
MIX voor steibakkersroom
van AVEVE
een halve liter volle melk
1 pakje boter om in te
vetten
cocktailfruit of frambozen
6 eieren



2 Tompoezen



Werkwijze:

Zet de oven op 200°C.

Vet een bakplaat in.

1. Leg de plakjes bladerdeeg op de bakplaat. Laat ontdooien.

Snijd elk plakje in 2 gelijke stukken.

2. Prik in 1 helft gaatjes met een vork.

3. Teken (met een vormpje) in de andere helft een figuurtje.

4. Breek het ei in een kommetje.

Klop het ei los met een vork.

Bestrijk er (met het penseel) elk deegplakje mee. (Het deeg zal mooi gaan glanzen).

Bak 15 minuten in de oven op 175°C (Vraag mama je te helpen bij het gebruik van de oven.) Laat daarna het deeg afkoelen.

5. Open het blik cocktailfruit en laat het fruit uitlekken in een zeef.

6. Als de bladerdeeg goed koud is: leg je eerst een laag pudding en dan een laag cocktailfruit of frambozen op de onderste helft (zonder tekening).

7. Leg het deegplakje met de tekening erop. Bestrooi met bloedsuiker en... SMULLEN MAAR!

Dit heb je nodig:
voor 6 personen:
6 plakjes baderdeeg
50 gram MIX voor
pasteibakkersroom van
AVEVE
anderhalve dl koude volle
melk
1 pakje boter om in te vetten
cocktailfruit of frambozen
1 ei



Wortelsoep



- 1** Zet het keukengerei klaar:
- keukenmachine /staafmixer
 - grote pan met deksel
 - kleine pan
 - houten lepel
 - dunschiller
 - 2 maatbekers
 - plankje
 - mes
 - houten lepel
 - pepermolen
 - oude krant
 - soepborden/lepels
 - koffielepel
 - weegschaal
 - schaaltje om boter af te wegen

Boodschappenlijstje
1300 gram wortelen
1 netje uien
1 pakje vleesbouillonblokjes
1 pakje boter
1 pak zout
1 zakje peperkorrels
350 gram gehak
(peterselie)t



2 Wortelsoep



Werkwijze :

Weeg de uien, de wortelen en de boter af.

Meet het water af.

1 Vul een kleine pan met 1 liter water.

Maak je handen nat. Draai balletjes van het gehakt. Leg ze in de pan.

Breng aan de kook. Was je handen.

2 Pak de wortelen bovenaan vast.

Haal met een dunschiller van boven naar onder de schil eraf. Draai met de wortel.

Snijd de boven- en onderkant eraf met een mes. Ruim het afval op. Snijd de wortelen op een plankje met een aardappelmes in grote stukken.

3 Leg een oude krant op het werkblad. Pel de ui. Snijd de ui in grote stukken. Snipper de ui fijn met de keukenmachine.

4 Smelt een klontje boter in een grote pan.

5 Bak hierin snel de ui totdat hij er glazig uitziet.

6 Voeg de wortelen, 2 liter water en de bouillonblokjes toe.

7 Kruid met peper en 2 afgestreken koffielepels zout. Zet een deksel op de pan. Laat een half uur sudderen.

8 Haal de pan van het fornuis. Mix de soep.

9 Doe de bouillon met de balletjes erbij. Strooi er eventueel gemalen peterselie op.

Dit heb je nodig:

Dit heb je nodig voor 15 borden:

1 liter water

2 liter water

1300 gram wortelen

440 gram uien

6 vleesbouillonblokjes

45 gram boter

2 koffielepels zout

peper

350 gram gehakt (peterselie)



Bosbessentaart



- 1** Zet het keukengerei klaar:
dunschiller/aardappelmes /appelboor
weegschaal + doosje
kookpot met deksel
2 bakplaten
glas+lepel
houtenlepel
2 schaaltes+borstel+potje om ei te splitsen
3 vorken
bloemsuikerzeef

Boodschappenlijstje:

- 2 vellen bladerdeeg (diepvries)
6 eieren
250g rode vruchten (rode bes-braambes-blauwe bes-aardbei)
1 appel + 1 pak suiker
aardappelbloem
poedersuiker
(kaneelpoeder)
1 pakje boter



2 Bosbessentaart



Benodigdheden :

2 vellen bladerdeeg (diepvries)

1 eierdooier

250g rode vruchten (rode bes-braambes-blauwe bes-aardbei)

1 appel in kleine stukjes + 250g suiker + stuk boter

aardappelbloem

poedersuiker

(kaneelpoeder)

Werkwijze :

Verwarm de warmelucht oven voor op 190°C. Weeg de suiker af.

1. Snijd de appel met een aardappelmes in 4 stukken. Schil de stukken.

Snijd het klokhuis eruit. Snijd de appel in stukjes.

Smelt een flink stuk goede boter in een kookpot. Doe er stukjes appel erbij.

Zet een deksel op de pot. Verminder het vuur. Stoof de appel tot bijna gaar.

Voeg de rode vruchten met suiker (en kaneel) toe. Breek de aardappelbloem met een beetje water in een glas. Bind de vruchten gepast (mag niet vloeibaar zijn). Laat afkoelen.

2. Vet 2 bakplaten in. Schik de ontdooide bladerdeeg 1 voor de onderkant op een bakplaat. Schik de ontdooide bladerdeeg 1 voor de bovenkant op een bakplaat.

3. Schik op de onderste helft in een dikke laag de vulling van de rode vruchten. Laat de rand een halve cm vrij en zorg ervoor dat geen fruit erop loopt.

4. Snij nu met een mesje om de halve cm een insnijding over de gehele lengte van het bovenste deel van de taart.

5. Strijk met een borsteltje met water de randen van het onderdeel van de taart af. Leg voorzichtig het ingesneden bovendeel op het onderste en druk de randen goed aan.

6. Prik met een vork rondom de taart gaatjes.

7. Splits 1 ei. Doe de dooier in een schaal. Leg 2 vorken boven elkaar.

Klop de eierdooier ermee los. Bestrijk het geheel met losgeklopt eigeel.

8. Bak 25-30 minuten. Laat afkoelen en bestrooi met poedersuiker.

(Kan ook lauwwarm gegeven worden met een bolletje vanille ijs).



Verjaardagsfeestje?

zoekt u iets origineels voor het verjaardagsfeestje van uw zoon/dochter?

Koken voor kinderen!

Verschillende thema's

Koken met het aapje choco
Kinderen baas

Wanneer?

Tijdens de schoolvakanties: alle werkdagen

Tijdens het schooljaar: op zaterdag

Meer info?

Greet Lybaert
Polenstraat 169a
9940 Evergem

Tel. 09 357 60 86

Fax 09 357 78 35

Email Greet.Lybaert@mamagreet.be

WWW.mamagreet.be

