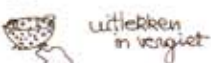
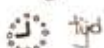
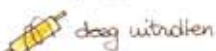
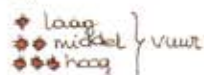
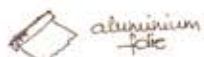
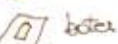
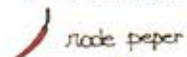
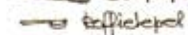
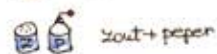


kookwijzer



Mindmapping

Breinvriendelijke recepten

Appelflap
appelmoes
Gekookte eieren
Yoghurt met fruit
Tarte tatin
Verse soep


Greet lybaert
Polenstraat 169a
9940 Evergem
tel: 09 357 60 86
fax: 09 357 78 35

Gemeentelijke Jeugddienst
Wippelgemdorp 12
9940 Evergem



Het eindresultaat staat in het midden. Rechts staat het boodschappenlijstje. Verder met de wijzers mee, de bereidingswijze.

Appelflappen



bakken tot ze mooi bruin zijn.
af koelen...
smakelijk!



bovenkant: nat maken en bestrooien met suiker



randen dichtduwen



dichtplooien



leg 1 scheep appelmoes in het midden



de randen nat maken



het deeg op de bakplaat leggen



appelflappen



appelmoes



6 sneejes bladerdeeg




en beetje water




suiker




Appelmoes




suiker bijvoegen



goed roeren



20 min. koken



goed roeren




water in de kookpot



in 4 verdelen



appels in de kookpot




de appels schillen




het klokhuis wegmijden




appelmoes




3 appels



1 soeplepel suiker



1/2 l water



Het eindresultaat staat in het midden. Rechts staat het boodschappenlijstje. Verder met de wijzers mee, de bereidingswijze.

Gekookte eieren

Handwritten notes on cooking eggs:

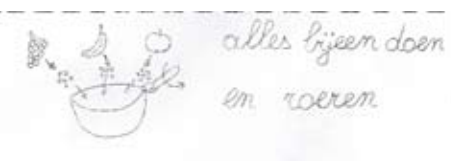
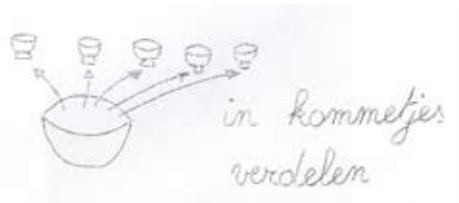
-  4 min = zachtgekookt
10 min = hardgekookt
-  eieren in kokend water
-  koken = 100 °C
-  water in een kookpot



ei koken 
0000 4 eieren

Het eindresultaat staat in het midden. Rechts staat het boodschappenlijstje. Verder met de wijzers mee, de bereidingswijze.

Yoghurt met fruit



Het eindresultaat staat in het midden. Rechts staat het boodschappenlijstje. Verder met de wijzers mee, de bereidingswijze.

Tatin

  bakken in de oven op 185°C

 appels schikken op het deeg

 deeg in beoorde vorm gieten







 appels schillen

 in 4 stukken snijden
kieskern uithalen

 in schijfjes snijden

Siroop om over de taart te gieten

 185°C 5 minuten in de oven

 siroop over de taart gieten

 suiker, vanillesuiker en toevoegen en mengen

 boter laten smelten





Preisoep

Boodschappenlijst:

- 1 pak selderij
- 1 zak aardappelen
- 1 pak prei
- 1 netje uien
- 1 pakje vleesbouillonblokjes
- 1 pakje boter
- 1 pak zout
- peperbollen



1 Zet het keukengerei klaar:

- keukenrobot/staafmixer
- grote en kleine kookpot met deksel
- houten lepel
- schaar/dunschiller
- oude krant
- maatbeker van 2l
- plankjes
- messen
- pollepel /soeptassen
- pepermolen

Preisoep:

Dit heb je nodig voor 17 borden:

3 liter water
3 stengels selderij
wit van 3+1/2 preien
450 gram uien
1/4 maatbeker 2l aardappelen
6 vleesbouillonblokjes
40 gram boter
anderhalve koffielepel zout/peper



Werkwijze :

1 Weeg de uien en de boter af

2 Schil de aardappelen met een dunschiller. Snijd de aardappelen op een plank met een aardappelmess in stukjes.

3 Doe de schil van de ui weg. Snipper de ui fijn met de keukenrobot.

4 Maak de prei schoon: snijd de worteltjes eraf. Doe de vuile bladeren weg. Snijd van het wit naar het groen middendoor, en spoel onder stromend water.

Snijd het wit van een halve prei fijn (=in julienne) met een groentenmes of met de moulinette. Smelt een klontje boter in een pannetje. Voeg de prei toe. Omroeren met een houten lepel. Laat stoven als versiering.

5 Snijd 3 preien in stukken. Was de selder. Snijd in stukjes.

6 Smelt een klontje boter in een grote kookpot.

7 Laat de ui hierin glazig worden.

8 Voeg de prei, selder en een beetje water toe. Roer om met een houten lepel. Zet een deksel op de pot. Laat een beetje stoven.

9 Voeg het water, de aardappelen en de bouillonblokjes toe.

10 Kruid met peper en zout. Zet een deksel op de pot. Laat een half uur sudderen.

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

12 Giet de soep terug in de kookpot. Warm de soep lichtjes op.

13 Proef en breng op smaak met peper en zout.

14 Voeg de apart gestoofde prei als versiering toe.

10.04.'96 09.04.'96

Parochiezaal
Lindenlaan 33
9940 Ertvalde

Greet Lybaert
Polenstraat 169a
9940 Sleidinge

11.04.'96

Gemeentelijke Basisschool
Kapellestraat 73
9940 Evergem

PATROONS AAN HET FORNUIS



preisoep
mini-pizza
vogelnestjes met tomatensaus
aardappelpurée
chocolademousse

Gemeentelijke Jeugddienst
Sandra Van Voren
Weeststraat 31
9940 Sleidinge
Tel. 357 54 11

Greet Lybaert
Diëtiste
Polenstraat 169a
9940 Sleidinge
Tel. 357 60 86