

# Panoramixen in spé op kookavontuur rond 50 jaar Asterix



Panoramix, de oude, eerbiedwaardige druijce van het dorp. Met zijn gouden snoeimais snijdt hij maretak en daarmee bereidt hij de tovercrank die onoverwinnelijk maakt. Maar hij kent nog vele andere recepten...

## Vikingpannenkoekenfestijn Kletskoeken

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



# Karamellen

## Boodschappenlijstje

- 1 pakje boter
- 1 pak bloedsuiker
- 1 pot honing
- 1 plak melkchocolade

### 1 Zet het keukengerei klaar:

- mes
- soeplepel
- kleine kookpot
- weegschaal
- potje om bloedsuiker en
- schaaltje om boter af te wegen
- houten lepel
- 3 adventkalenders
- 2 koffielepels
- houten plankje
- kookplaatje



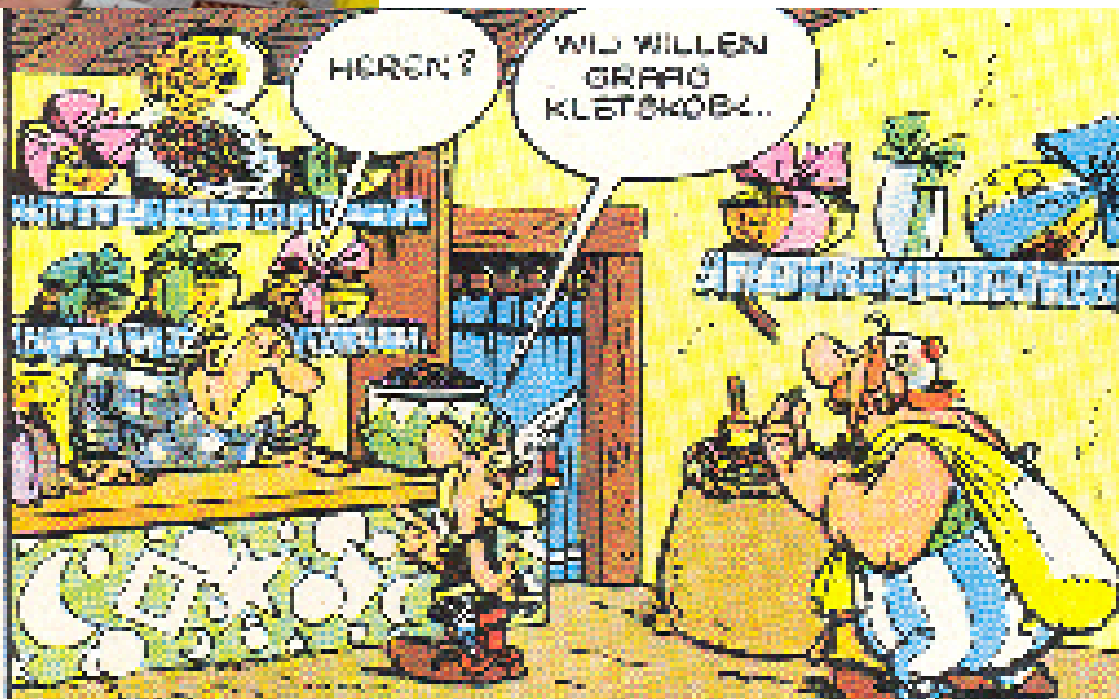
# 2 Karamellen



## Werkwijze:

- 1 Weeg de boter, bloedsuiker, chocolade en honing af.
- 2 Doe alle ingrediënten in een pannetje en roer op een zacht vuur tot alles goed gesmolten is. Verhoog de temperatuur tot de massa kookt, blijf roeren en laat juist één minuut koken (niet langer!). Neem het pannetje onmiddellijk van het vuur.
- 3 Vul de vormpjes van 3 adventskalenders, met behulp van 2 koffielepels, met een beetje mengsel.
- 4 Plaats de gevulde adventskalenders in de diepvries.
- 5 Duw de karamellen uit de vormpjes.
- 6 Bewaar de karamellen in de diepvries.

**Dit heb je nodig:**  
100 gram boter  
100 gram bloedsuiker  
100 gram honing  
100 gram melkchocolade



# Vikingpannenkoekenfestijn

## Paletjes met maïs en rozijnen

### 1 Zet het keukengerei klaar:

weegschaal  
doosje om bloem af te wegen  
2 x zeef  
kom  
houten lepel  
maatbeker  
mixer met kloppers  
Tefal bakpan  
ijsschep  
pannenkoekenmes

**Boodschappenlijstje**  
1 pak bloem  
6 eieren  
3 x 200 ml room  
muskaatnoot  
rozijnen  
1 blikje maïs  
1 pakje boter

opdienschaal/aluminiumfolie





# Vikingpannenkoekenfestijn

Dit heb je nodig:

200 g bloem  
3 eieren  
200 ml room  
muskaatnoot  
peper/zout  
rozijnen  
1 blikje maïs  
bakboter



Paletjes met maïs en rozijnen

## Werkwijze :

Laat de rozijnen 1 uur weken in koud water.

Laat de maïs boven de gootsteen in een zeef uitlekken.

Meng de bloem in een kom met de ganse eieren.

Klop de room half op en voeg aan het mengsel toe.

Kruid met muskaatnoot, peper en zout.

Laat de rozijnen boven de gootsteen in een zeef uitlekken en roer onder het mengsel.

**ROER GOED OM!**

Doe de uitgelekte maïs erbij.

Laat het deeg 1 uur rusten.

8 Vet een tefal pan lichtjes in.

Doe met een ijsschep deeg in de pan doen, en bak op een zacht vuurtje.

De pannenkoekjes omdraaien en de andere kant laten bakken. Leg ze op een schotel. Dek af. Houd ze warm in de oven op 75°C.





# 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@greetlybaert.be](mailto:Greet.Lybaert@greetlybaert.be)  
WWW.greetlybaert.be



## CHOCLADEBROODJES

### Manueel deeg maken :

#### Dit heb je nodig

2 eieren

500 gram bloem = een halve kilo

60 gram suiker=4 grote maat

8 kleine maatjes gist of 42 g verse gist

100 ml melk+100ml water

1 1/2 kleine maat zout

100 gram gezouten boter



#### zo ga je tewerk :

Maak de verse gist vloeibaar met een beetje melk.



Zeef de bloem met het zout en de suiker in een kom.  
Maak in het midden een kuiltje.



De vloeibare gist in de kuil gieten



De rest van de melk, het ei en de boter erbij doen.  
Goed mengen met een houten lepel en goed kneden.



Afdekken en 1 uur laten rijzen

## CHOCOLADEBROODJES MET DE BROODMAKER

### Dit heb je nodig :

2 eieren

500 gram bloem = een halve kilo

60 gram suiker=4 grote maat

8 kleine maatjes gist of 42 g verse gist

100 ml melk+100ml water

1 1/2 kleine maat zout

100 gram gezouten boter



Vet de bakplaat in.

Verdeel het deeg in porties van 20-30g of 50g. Het deeg doorslaan.

Draai bolletjes.

Laat ze nog een beetje rusten

### **pasteibakkersroom :**

Klop hiervoor 33g Mix voor pasteibakkersroom van AVEVE met 100ml koude melk in een maatbeker.

Laat even opstijven.



Duw het deeg plat. (Leg er pasteibakkersroom op)  
Leg 2 reepjes chocolade in het midden.  
Rol ze op.



Breek een ei in een kom.  
Klop het los met een vork.  
Smeer met een borstel  
het deeg in met ei.



Dek af (met een omgekeerde  
bakplaat)  
en laat nog een ½ uur rijzen.  
**De warme lucht oven  
voorverwarmen op 180 graden.**



Bak de CHOCOLADEBROODJES  
van 20-30g 9 minuten in de oven

Bak de CHOCOLADEBROODJES  
van 50g 12 minuten in de oven  
Laat ze afkoelen op een rooster.



# grof brood

## MET DE BROODMAKER

### Klein grof brood

Dit heb je nodig :

1/2 kleine maat suiker

1 kleine maat gist

350 gram bloem

250 ml water= 1 maatbeker

1 kleine maat zout

11 gram gezouten boter

### Middel groot grof brood

Dit heb je nodig :

1 1/2 kleine maat gist

3/4 kleine maat suiker

525 gram bloem

375 ml water =1 1/2 maatbeker

1 1/2 kleine maat zout

18 gram gezouten boter

