



Latijns-Amerikaans & vergeten groenten in de opvang.

Lemonjuice (limoenlimonade)
Milkshake zonder roomijs in zakjes
Pastinaakfrietjes
Preisoep met vermicelli van pastinaak
Limburge vlaai met knibbeltjes



Bananenmilkshake

Boodschappenlijst voor 3 personen:

- 1 pak suiker
- ½ liter melk
- 1 à 2 rijpe bananen
- 1 limoen of 1 sinaasappel
- 1 doosje vanillesuiker

Zet het keukengerei klaar:

- mes
- citruspers
- lepel
- plank
- maatbeker
- plastieken zakjes
- ijsblokjes
- rietjes



Bananenmilkshake

Dit heb je nodig voor 3 personen:

- 2 soeplepels suiker
- een halve liter melk
- 1 rijpe banaan
- sap van een halve limoen
- 1 zakje vanillesuiker

Werkwijze:

- 1 Pel de banaan en snijd ze in schijfjes.
- 2 Mix de banaan met de melk, de suiker en de vanillesuiker in de blender
- 3 Giet de shake in een maatbeker.
- 4 Pers een halve limoen uit.
- 5 Voeg op het laatste moment het limoensap toe.
- 6 Giet de bananenmilkshake in een platieken zakje. Doe ijsblokjes in het zakje. Leg een knoop in het zakje. Drink de shake met een rietje.



Limoenlimonade

Boodschappenlijst voor 10 personen:

9 limoenen
suikerklontjes
suiker

Zet het keukengerei klaar:

citruspers
kleine kookpot
houten lepel
maatbeker 2 l met deksel
hoge glazen
2 diepe borden
plankje
aardappelmes



Dit heb je nodig voor limoenlimonade voor 10 personen :

1 liter water
6 limoenen
20 klontjes suiker = 100 gram

Verder:

een halve limoen
suiker
2 limoenen
ijsblokjes

Werkwijze :

- 1 Pers de 6 limoenen uit.
- 2 Doe een bodempje water in een kleine kookpot. Leg de 20 klontjes suiker erin. Breng het water aan de kook. Los de suiker erin op.
- 3 Meng het suikerwater en het limoensap met het water in een maatbeker van 2 l.
- 4 Zet een deksel op de maatbeker. Plaats in de koelkast.
- 5 Pers de halve limoen uit en giet het sap in een diep bord. Doe de suiker in het andere diep bord. Dompel het glas met de rand in het limoensap... ..en daarna in de suiker.
- 6 Was de 2 limoenen. Snijd er op de plank mooie schijven van. Maak een insnijding van het midden tot het rand.
- 7 Versier de glazen met een schijf ingesneden limoen en een rietje

Dien op

Doe een ijsblokje in de glazen. Giet de limoenlimonade in de glazen.

Tip: Men kan de nog lege glazen enkele minuten in de diepvries plaatsen, om een koele aanslag te bekomen.



Greet Lybaert
Polenstraat 169a
9940 Evergem
Tel.: 09 357 60 86
fax: 09 357 78 35

Frietjes van pastinaak

Zet het keukengerel klaar:

aardappelmes
oude krant
kookpot met deksel
vergiet
keukenrol
plank
kom of tipzakken

Boodschappenlijst voor 4 personen

2 pastinaken
zout
frituurolie



Frietjes van pastinaak

**Dit heb je nodig
voor 4 personen**

2 pastinaken
zout
frituurolie

Werkwijze:



1 Was de pastinaak. Leg een oude krant op het werkblad. Neem de pastinaak bovenaan vast. Snijd met een dunschiller van boven naar onder het vel eraf. Draai met de pastinaak. Snijd de boven en onderkant eraf met een mes. Ruim het afval op.

2 Snijd de pastinaken in de lengte door. Snijd de 2 helften in de lengte door. Snijd in staafjes.

3 Vul een pan voor de helft met water. Doe er een koffielepel zout in. Breng het water aan de kook. Leg de pastinaken in het kokende water. Zet een deksel op de pan. Kook de pastinaakstaafjes 2 minuten. Giet ze af. Laat ze uitlekken op keukenrol.

4 Verwarm de frituurpan voor op 170°C.

5 Haal het mandje van de frituurketel uit de frituurolie. Leg de pastinaakstaafjes in het mandje. Laat het mandje in de frituurolie zakken.

6 Bak de pastinaakstaafjes tot ze goudbruin zijn geworden.

7 Haal de frietjes van pastinaak (in het mandje) uit het vet en laat ze op keukenpapier uitlekken.

5 Dien de pastinaakfrietjes op in een kom of een tijkzak.



Preisoep met vermicelli van pastinaak

1 Zet het keukengerel klaar:

keukenrobot
grote kookpot met deksel
houten lepel
schaar
2 maatbekers van 2l
plankjes
messen
pollepel
pepermolen
rauwkostmolen
kom
maatschepje sd 200
oude krant/zakjes

Boodschappenlijst 16 pers:

2 pastinaken
3 Bugenummer Muuskes
2 pakken prei
1 netje uien
1 pakje vleesbouillonblokjes
1 pakje boter
1 pak zout





Kinderopvang

Voor wie?

- Kinderen tussen 2,5 en 12 jaar
- Kinderen die in Evergem wonen
- Kinderen die in Evergem naar school gaan
- Kinderen waarvan één van de ouders in Evergem woont
- Kinderen van gemeentepersoneel

SUSKE EN WISKE
HET MACHTIGE
MELI-AVONTUUR



Exclusieve show
in Meli Park

melipark

2 De voorbereiding

Dit heb je nodig voor 16 borden preloep met vermicelli van pastinaak:

3 liter water

3 Buggenummer muskes

Het dik gedeelte van 2 pastinaken

wit van 6 prelen

450 gram uien

6 vleesbouillonblokjes

40 gram boter

anderhalve afgestreken koffielepel zout/peper

Werkwijze :

1 Pel de ui. Snijd de ui in grote stukken. Snipper de ui met een keukenmachine fijn.

2 Maak de prel schoon: snijd de worteltjes eraf. Doe de vuile bladeren weg.

Ruim het afval op. Neem het prewit aan het uiteinde vast. Snijd van het wit, begin

onder je vingers, naar het groen middendoor, en spoel onder stromend water.

Snijd de prel op een plankje fijn met een aardappelmes of gebruik de keukenmachine.

3 Was de pastinaak. Leg een oude krant op het werkblad. Neem de pastinaak bovenaan

vast. Snijd met een dunschiller van boven naar onder het vel eraf. Draai met de pastinaak.

Snijd de boven en onderkant eraf met een mes. Snijd de pastinaak in grote stukken.

4 Zet de rauwkostmolen boven de kom. Leg de stukken pastinaak één voor één in

het bakje van de rauwkostmolen. Leg je handen boven elkaar op de draaislinger. Rasp

de pastinaken.

5 Schil de Buggenummer Muskes met een dunschiller. Leg ze in een verglet. Spoel ze

onder stromend water af. Zet het verglet op een bord. Ruim het afval op.

6 Snijd de Buggenummer Muskes op een plankje met een aardappelmes eerst in plakken,

dan in reepjes. Daarna in kleine blokjes.



Werkwijze:

5 Smelt 40 gram boter in een grote kookpot. Bak hierin de ui snel totdat hij er glazig uitziet.

6 Voeg de prei, geraspte pastinaak en buggennummer Muuskes toe. Roer om met een houten lepel.

7 Voeg het water en de bouillonblokjes toe.

8 Kruid met 30 draaien van de pepermolen en anderhalve afgestreken koffielepel zout. Zet een deksel op de pot. Laat een half uur sudderen.



Limburgse vlaai met knibbeltjes

1 Zet het keukengerei klaar:

voor het deeg

zeef
mixer met kneedhaken
weegschaal
2 koffielepels / beker
kom
kleine kookpot
soeplepel
potje om ei te splitsen
wekker
schaaltje om boter af te wegen
koffielepel

voor de vlaai en de knibbeltjes

koekjesvormpjes
deegrol of pastamachine
koffielepel
rooster
pannenkoekenmes
2 paar pannelappen
2 bakplaten

Boodschappenlijst:

1 pak bloem
1 pak zout
1 pakje verse gist
1 pakje boter
1 pak suiker
een halve liter melk
rabarberconfituur





2 Limburgse vlaai

Dit heb je nodig voor deeg voor 14 personen:

- 400 gram bloem
- 1 eierdooier
- 2 soeplepels suiker
- 30 gram verse gist
- 100 gram boter
- 1 koffielepel zout
- 75 ml water
- 75 ml melk

Werkwijze:

- 1 Zet alles klaar.
- 2 Weeg de bloem, de gist en de boter af.
- 3 Meet 75 ml water en 75 ml melk af.
- 4 Verwarm 75 ml water in een kleine kookpot tot het lauw is. Voel met je vinger.
- 5 Doe de gist en het lauw water in een beker. Maak met 2 koffielepels de verse gist vloeibaar.
- 6 Zeef de bloem met het zout in een kom.
- 7 Maak in het midden een kuiltje.
- 8 Giet de vloeibare gist in de kuil.
- 9 Splits het ei. Zet het wit opzij.
- 10 Doe de eierdooier, 75 melk, de suiker en de boter erbij.
- 11 Kneed goed met de mixer.
- 12 Dek het deeg af en laat een half uur rusten.



3 Knibbeltjes

Dit heb je nodig voor 14 personen:

150 gram bloem
100 gram boter
100 gram suiker

Werkwijze:

- 13 Verwarm de oven voor op 200°C
- 14 Weeg de bloem, de suiker en de boter af.
- 15 Kneed de bloem, de boer en de suiker tot losse kruimels in een kom.
- 16 Vet 2 bakplaten in.
- 17 Verdeel het deeg in porties van 50 gram. Sla de lucht uit het deeg.
- 18 Rol het deeg uit. Leg het uitgerolde deeg op de bakplaten.
- 19 Steek vormpjes uit het deeg.
- 20 Leg hierop een koffielepel rabarberconfituur
- 21 Leg hierop knibbeltjes.
- 22 Laat nog 15 minuten rijzen.
- 23 Bak de Limburgse vlaai met knibbeltjes 12 minuten in de oven op 200°C. Leg 2 paa pannenlappen boven elkaar. Haal de bakplaat uit de oven. Maak de Limburgse vlaai met knibbeltjes los met een pannenkoekenmes. Leg ze op een rooster.



