



*“Ons eten is vers,
gezond, lekker en
betaalbaar. Vrijwel
alles huisgemaakt.
Degelijk en niet
overdreven chique.”*

eigen ideeën en wensen altijd welkom

Ons eten 2022 - voorbeelden

Warm

pompensoep met kokos gember en wortel

courgettesoep

aardpeersoep met venkel

broccolisoepp met pesto en tomaat

tomaten paprika soep

quiche Lorraine met ei en spekjes

taart broccoli, cashewnoten en blauwe kaas

taart spinazie kaas en tomaat

taart prei wortel kerrie kaas

taart gegrilde groenten en kaas

Koud

bladsla, rucola, komkommer, tomaatjes, feta en balsamicodressing,

selderijsalade met appel en walnoten

koolsla met wortel, bleekselderij en rozijnen

salade niçoise zonder tonijn

kleine sandwiches divers

frisse wrap met paprika, feta en komkommer

diverse rijk belegde crostini's

Broodjes

carrot lox met mierikswortelcreme en dille

kaas met gedroogde tomaat en sla

geitenkaas met gegrilde aubergine, roomkaas, pesto, tomaat en rode ui

zalmzalade

humus met wortel en tomaat

avocado, ei en tomaat

gerookte makreel met wortel en dille

mozzarella pesto tomaat rucola

geitenkaas met walnoten en honing

eiersalade en komkommer

vegetarische pulled chicken met koolsalade

kruidenomelet, geroosterde paprika en geraspte geitenkaas