

Stokje met chocopasta sterbrood, druiven en aardbeien

Ingrediënten voor 1 stokje

Tramezzini brood (volkoren)	24 gram (sterretjes = 6 x 4 gram)
Blue Band hazelnootpasta stevia 80% minder suiker	6 gram
Aardbeien	2 stuks
Pitloze witte druiven	3 stuks

Extra nodig: kleine stervormige koeksteker, satéstokje

Bereiding

1. Besmeer het brood met een dun laagje hazelnootpasta.
2. Steek sterren uit het brood.
3. Leg de niet besmeerde sterren op de besmeerde sterren.
4. Was de druiven en aardbeien.
5. Begin bij het aanrijgen met een druif, vervolgens een ster en dan een aardbei.
6. Herhaal dit nog een keer en eindig met een aardbei en druif.



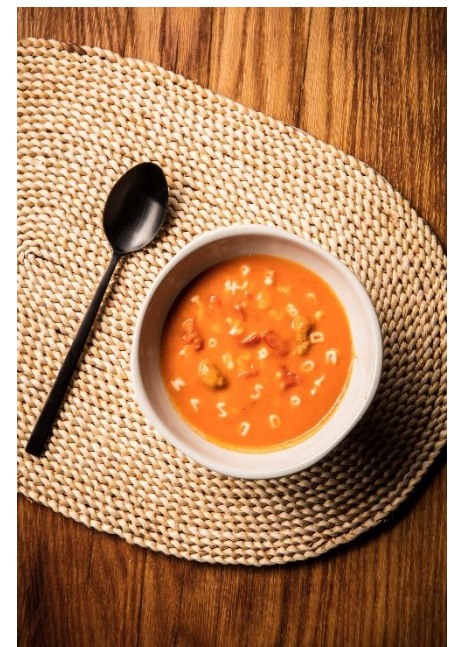
Tomatensoep met lettervermicelli en Unox soepballetjes

Ingrediënten 1 portie

Unox soep basis	170 gram
Tomatencrème	
Unox soepballetjes	12 gram (5 stuks)
Lettervermicelli	7 gram

Bereiding

1. Verwarm de soep in de gesloten zak in een voorverwarmde combi-steamer op 90°C stoom in 30 minuten.
2. Kook het water in een pan en voeg de warme soep toe en breng het geheel aan de kook.
3. Maak de soepballetjes en de vermicelli apart warm.
4. Verdeel de gehaktballetjes 5 stuks (12 gr) in de koppen, giet de warme soep erop en decoreer met de lettervermicelli.



Tosti

Ingrediënten 1 tosti

Brood (spelt/zuurdesem)	2 sneetjes
Kaas	25 gram
Kipfilet (rolbroodbeleg)	25 gram
Hellmann's Sandwich Saus	22 gram
Zongedroogde Tomaat	
Hellmann's ketchup	25 gram
Komkommer	15 gram
Snacktomaatjes	10 gram/2 stuks

Bereiding

1. Verdeel met een paletmesje de Hellmann's Sandwich Saus Zongedroogde Tomaat en Hellmann's Ketchup over de twee boterhammen.
2. Beleg de boterhammen met kaas en kipfilet en leg de andere boterham erop.
3. Bak de tosti in de paninigrill, koekenpan of een bakplaat in de oven.
4. Snij de komkommer in plakjes en spies samen met de snacktomaatjes op de tosti.



Vergeten groenten oven frites

Ingrediënten 1 portie

Vergeten groenten frites (knolselderij, wortel, pastinaak, zoete aardappel)	260 gram
Mayoyoghurt saus	30 gram
o 22 g Calvé mayonaise	
o 7 g Magere yoghurt	
o 0,5 g Bieslook	
o 0,5 g Kervel	

Bereiding

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Meng de groenten frites met olie en zout.
3. Verdeel goed over de bakplaat.
4. Bak de frites in 20 minuten goudbruin.
5. Meng de Calvé mayonaise, magere yoghurt, bieslook en kervel (Maak de saus 1 dag van te voren voor een goede smaakontwikkeling)
6. Serveer de saus bij de frites.



Broodje Knakwortel

Ingrediënten 1 broodje:

Knakwortel	25 gram
Zacht klein broodje	27 gram
Spiraal komkommer	7 gram
Hellmann's Ketchup	5 gram
Conimex gebakken uitjes	2 gram

Bereiding

1. Verwarm de broodjes in de oven.
 2. Bak de knakwortel aan beide kanten licht aan in de grill.
 3. Snij de broodjes vanaf de bovenkant in.
 4. Leg de spiraal komkommer in de broodjes met daarop de knakwortel. Serveer met de Hellmann's Ketchup en maak af met Conimex gebakken uitjes.
-

