



Ryud 's Kookboek

Kinderfeestrecepten / v0.5

Inhoudsopgave.

Aardbeienijsjes met discodip.....	3
Appelkevers.....	4
Berenbammetje.....	5
Pompoentjes van mandarijn.....	6
Zelfgemaakte vissticks.....	7
Gebruikte afkortingen.....	8

Aardbeienijsjes met discodip.



Menugang: Nagerecht,
tussendoortje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Oh MY Pie

Ingrediënten

200 g aardbeien
30 g chocoladedruppels,
pure
10 g discodip
2 el honing
50 ml room, slag-

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 2-2½ uur
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Pureer de aardbeien samen met de slagroom en de honing tot mousse.

Verdeel dit over 4 ijsvormpjes.

Duw in ieder ijsvormpje een ijsstokje, dek de vormpjes af met keukenfolie en zet de vormpjes in de vriezer (min. 2 uur).

Haal ze, als de ijsjes stevig genoeg zijn, uit de ijsvormpjes.

Verwarm de pure chocolade au bain-marie en verdeel met een theelepel de chocolade over de ijsjes.

Versier de ijsjes met discodip.

Appelkevers.



Menugang: Tussen-
doortje
Keuken: -
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: Koken naar
hartenlust

Ingrediënten

3 appels, met rode schil
- citroensap
12 dropveters
24 rozijnen of krenten

Bereiding.

Was de appels en snijd ze in vieren.
Verwijder het klokhuis.
Bedruppel de parten appel met citroensap
tegen het verkleuren.
Druk voor de ogen in elke appelpart 2 rozijnen
of krenten.
Knip elke dropveter in 4, 6 of 8 gelijke delen en
steek deze als poten in een appelpart.

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 200
Energie kcal: 50
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 11 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 0 g
w/v onverzadigd: 0 g
w/v verzadigd: 0 g
Vezels: - g
Groente: -g
Zout: - g

Berenbammetje.



Menugang: Ontbijt-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Jumbo

Ingrediënten

1 banaan, in 12 plakjes
12 bessen, blauwe
4 sn brood, volkoren-
4 el pindakaas

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 222
Eiwit: 7 g
Koolhydraten: 24 g
w/v suikers: 8 g
Natrium: 186 mg
Vet: 10 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 1 g
Vezels: 4 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Besmeer de sneetjes brood met een cirkel van pindakaas.
Leg op elk sneetje 3 plakjes banaan als oren en neus.
Leg op elk sneetje 2 blauwe bessen als ogen.
Leg 1 blauwe bes als puntje van de neus op het plakje banaan.

Pompoentjes van mandarijn.



**Menugang: Tussen-
doortje**
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

1 decoratiestift puur
8 mandarijnen
8 bld munt
8 pindapepsels

Vorb. tijd: - min.
Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 55
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 10 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 1 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Pel de mandarijnen en haal zoveel mogelijk van de witte draadjes weg.
Teken met de decoratiestift een gezichtje op de mandarijnen, zodat ze op een pompoen voor Halloween lijken.
Steek boven in de mandarijn een blaadje munt en een pindapepsel.

Zelfgemaakte vissticks.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Erik van de Geest,
KeukenLiefde.nl

Ingrediënten

1 bord met bloem
1 bord met panko
1 citroen, in partjes gesneden
2 tl dille, gedroogde
2 eieren, losgeklopt
500 g kabeljauwfilet
40 g kaas, Parmezaanse, geraspt
- olie, zonnebloem-, om in te bakken
- peper, versgemalen
- saus, ravigotte-
- zout

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Dep de vis droog met keukenpapier.
Snij de vis in repen ter grootte van een visstick.
Bestrooi de visrepen met zout en versgemalen peper.
Zet drie borden klaar: 1 bord met bloem, 1 met losgeklopt ei en 1 met panko.
Meng de Parmezaanse kaas en de kruiden door de panko.
Wentel de visfiletrepen één voor één eerst door de bloem, dan het ei en tot slot het pankomengsel.
Leg de vissticks op een bord en ga zo door tot alle vis gepaneerd is.

In de koekenpan:

Verhit een ruime koekenpan met een bodempje zonnebloemolie en laat de olie heet worden.
Leg de vissticks erin en bak ze op een middelhoog vuur aan beide kanten goudbruin.

In de oven:

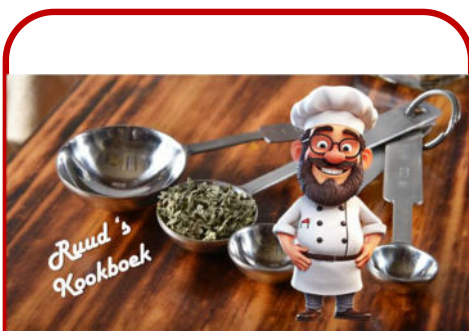
Verwarm de oven voor op 220°C.
Bekleed een bakblik met bakpapier en leg de vissticks erop.
Bak de vissticks in 10-12 min. in het midden van de oven, of tot ze goudbruin zijn.

Serveer de vissticks met wat citroenschijfjes en ravigottesaus. Met gebakken frietjes en wat groente is je gezonde maaltijd compleet.

Tips:

- Evt. afsnijdsels van de vis kun je in de diepvries bewaren voor vissoep of curry.
- I.p.v. de gedroogde dille kan ook peterselie worden gebruikt.
- I.p.v. kabeljauw kan iedere witvis worden gebruikt.

Gebruikte afkortingen.



v2.3

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klnj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje



v2.3

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
kpr	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	StAAFje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Thee­lepel
tn	Teentje
trs	Tros
trs­j	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eet­lepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vinger­lengte
voorb.tijd	Voor­be­rei­dingstijd
wgls	Wijn­glas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun..  *..U ook???*

Het IBAN-nummer van de Stg. Blind Elephant Experience luidt:
NL63 RBRB 0943 525 756

Compressed by  PDF24