

MENU

MA 3/2/25

Courgettesoep



Vol-au-vent

Puree

DIN 4/2/25

Knolseldersoep



Kipfilet

Wortelen & erwten

Aardappelen

DON 6/2/25

Kippensoep



Macaroni ham en kaas

VRIJ 7/2/25

Currysoep



Hamburger

Rauwkost en kropsla

Gebakken krieltjes

Wist-je-datje: vol-au-vent of koninginnenhapje?

Wist je dat er tussen een koninginnenhapje en een vol-au-vent eigenlijk een klein praktisch verschil is? Hoewel ze in de volksmond vaak willekeurig gebruikt worden, zit het verschil in het bladerdeegkoekje. Bij een koninginnenhapje gaat het om een portie, een klein bladerdeegkoekje. Terwijl het bij een vol-au-vent oorspronkelijk gaat om een grote koek van z'n 15 à 20 cm doorsnee. Vol-au-vent was dan ook doorgaans een gerecht voor 4 personen. In veel Vlaamse huishoudens blijft de bladerdeegkoek achterwege.

MENU

MA 10/2/25

Champignonsoep



Goulash

Rijst

DIN 11/2/25

Tomatensoep



Kaasburger

Spruitjesstoemp

DON 13/2/25

Preisoep



Worst

Appelmoes

Aardappelen

VRIJ 14/2/25

Viensoep met korstjes



Milanese pasta



Weetje over goulash

Goulash is een nationaal gerecht van Hongarije. Klassiek gezien is het een maaltijdsoup die boven een open houtvuur in een grote kookketel gemaakt wordt. Behalve vleessoorten zoals rund, varken, schaap en lam komt goulash soms ook met vis voor. De versie die wij het meest kennen is een stevigere stoofpot die door toedoen van onder andere de Franse en Duitse keuken verbasterd is.

MENU

MA 17/2/25

Kervelsoep



Luijke balletjes

Puree

DIN 18/2/25

Wortelsoep



Blinde vink

Rode kool

Aardappelen

DON 20/2/25

Broccolisoe



Kipfilet

Provençaaalse groentes

Rijst

VRIJ 21/2/25

Paprikasoep



Spaghetti bolognaise

Weetje over aubergine

Aubergine kan in tegenstelling tot courgette niet rauw gegeten worden, of het is toch sterk af te raden. Aubergine bevat namelijk de stof solanine welke voor darm en maagklachten zorgt.

MENU

MA 24/2/25

Tomatensoep met balletjes



Stoofpotje
Aardappelen

DIN 25/2/25

Groentesoep



Macaroni ham en kaas

DON 27/2/25

Seldersoep



Balletjes in tomatensaus
Wortelpuree

VRIJ 28/2/25

Bouillonsoep



Kalkoenrollade in
champignonsaus
Boontjesmengeling
Aardappelnootjes

Tip van de week: lichtere tomatensaus

Wie graag een lichtere tomatensaus heeft kan als volgt te werk gaan:

- Maak een groentebouillon. Bij een vleesgerecht kan je je vlees mee koken in deze bouillon.
 - Maak een roux, tomateer deze met tomatenconcentraat en laat even uitbakken.
 - Bevochtig beetje bij beetje met je bouillon en voeg tomatenpassata toe.
 - Indien nog lichter gewenst: gebruik geen roux maar maïszetmeel als binding.