

Thuisbenodigdheden

In week 20 (15 mei)

aantal personen in uw huishouden



Menu 1: Kabeljauw met aardappelen en gekleurde peen

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers	5 pers
Roomboter (el)	1	2	3	4	5
Olijfolie (el)	2	3	3	4	4
Mosterd (tl)	1				
Viskruiden	naar eigen smaak				

Menu 2: Varkenshaasreepjes met rijst, kokosbloemkool en prei

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers	5 pers
Pandanrijst (gr)	70	140	210	280	350
Sojasaus (el)	1	2	3	4	5
Paprikakruiden (tl)	1	2	3	4	5
Kerriekruiden (tl)	1	2	3	4	5
Zonnebloemolie (el)	2	3	3	4	4

Menu 3: Oosterse eiernoedels met gebakken groenten en pinda's

<u>Zelf toevoegen:</u>	1 pers	2 pers	3 pers	4 pers	5 pers
Eiernoedels (gr)	80	160	240	320	400
Groene currykruiden (tl) (zie foto)	1	2	3	4	5
Sojasaus (el)	1	2	3	4	5
Zonnebloemolie (el)	1	2	2	3	3



Groene curriekruiden van Jonnie Boer



Massalé doux Mauricius
Verkrijgbaar bij de "Toko"