

## Groentesoep



*Hiernaast zie je het gerecht dat je nu gaat maken.*

*Voordat je begint moet je eerst alle ingrediënten en keukenmaterialen verzamelen.*

*Op de achterkant staat in 10 stappen uitgelegd hoe je het gerecht maakt.*

*Veel succes!*

### Ingrediënten:

### 1 persoon:

- Runderbouillon ..... 1 tablet
- Soepgroente ..... 100 gram
- Vermicelli ..... 20 gram
- Water ..... 500 ml
- Olie
  
- Rundergehakt ..... 50 gram
- Nootmuskaat
- Peper
- Zout

### Keukenmateriaal:

- Afruimbak
- Bekken
- Diep bord
- Eetlepel
- Kookpan
- Maatbeker
- Schuimspaan
- Snijplank
- Soeplepel
- Spatel
- Vork

## Groentesoep



**1** Zet de pan op het fornuis. Zet het vuur laag. Doe 1 eetlepel olie in de kookpan.



**2** Doe de soepgroente in de kookpan. Verwarm de soepgroente in de olie tot ze zacht zijn.



**3** Doe het water in de kookpan. Doe het bouillontablet erbij. Breng aan de kook.



**4** Breek als het nodig is de vermicelli. Doe de vermicelli in de soep en roer tot de soep weer kookt. Zet het vuur laag.



**5** Doe het gehakt in het bekken. Doe er nootmuskaat, peper en zout bij.



**6** Prak met de vork de kruiden door het gehakt.



**7** Verdeel het gehakt in 10 gelijke porties. Draai hier 10 gehaktballetjes van.



**8** Doe de gehaktballetjes in de soep en was je handen. Laat 10 minuten zacht koken.



**9** Proef de soep. Breng de soep als het nodig is op smaak met peper en zout.



**10** Schenk de soep in het diepe bord. Laat de rand schoon.

## Tosti met ham en kaas



*Hiernaast zie je het gerecht dat je nu gaat maken.*

*Voordat je begint moet je eerst alle ingrediënten en keukenmaterialen verzamelen.*

*Op de achterkant staat in 10 stappen uitgelegd hoe je het gerecht maakt.*

*Veel succes!*

### Ingrediënten:

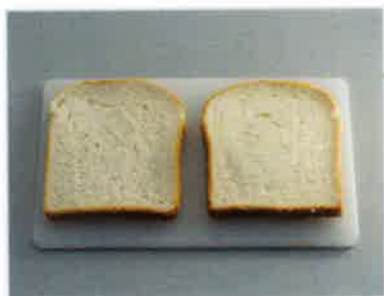
### 1 persoon:

- Casinobrood ..... 2 sneetjes
- Ham ..... 1 plak
- Kaas ..... 1 plak
- Margarine

### Keukenmateriaal:

- Broodmes
- Grillpan of koekenpan
- Klein bord
- Snijplank
- Tafelmes
- Universeeltang

# Tosti met ham en kaas



**1**  
Leg 2 sneetjes  
brood op de  
snijplank.



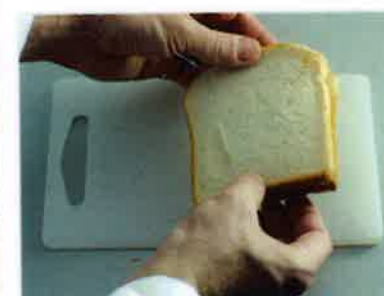
**2**  
Leg de kaas op  
1 snee brood.



**3**  
Leg de ham  
op de kaas.  
Blijf binnen  
de rand van  
het brood.



**4**  
Leg de sneetjes  
brood op elkaar.  
Smeer de buitenkant  
in met margarine.



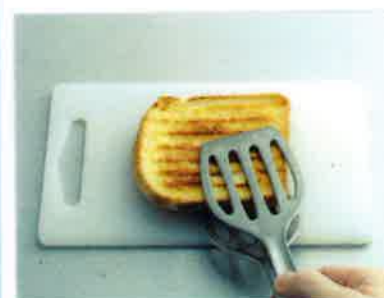
**5**  
Draai hem om.  
Besmeer de andere  
kant ook met  
margarine.



**6**  
Verwarm de grillpan  
op laag vuur.  
Leg de tosti erin en  
laat de onderkant  
lichtbruin worden.



**7**  
Draai de tosti om.  
Laat de andere  
kant ook lichtbruin  
worden.



**8**  
Draai het vuur uit.  
Leg de tosti op  
de snijplank.



**9**  
Snijd de tosti  
schuin door.



**10**  
Leg de tosti  
op het bord.

## Broodje gezond



*Hiernaast zie je het gerecht dat je nu gaat maken.*

*Voordat je begint moet je eerst alle ingrediënten en keukenmaterialen verzamelen.*

*Op de achterkant staat in 10 stappen uitgelegd hoe je het gerecht maakt.*

*Veel succes!*

### Ingrediënten:

### 1 persoon:

- Bruin bolletje ..... 1
- Halvarine
  
- Hardgekookt ei ..... 1
- Komkommer ..... 3 cm
- Tomaat ..... halve
- Sla ..... 1 blad
- Kaas ..... 1 plak
- Ham ..... 1 plak
- Peper
- Zout

### Keukenmateriaal:

- Afruimbak
- Broodmes
- Eiersnijder
- Groentemes
- Keukenpapier
- Klein bord
- Snijplank
- Tafelmes

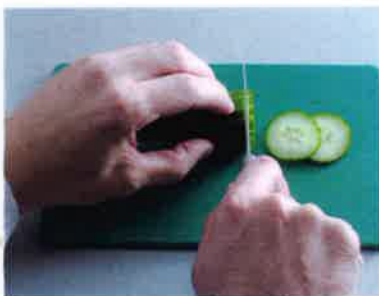
## Broodje gezond



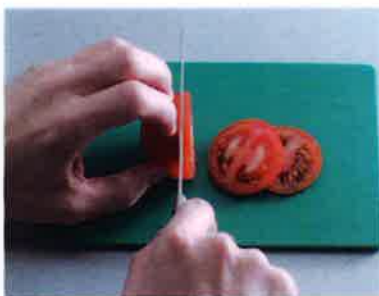
**1** Snijd het broodje open.  
Leg het op het bord.  
Besmeer het broodje met halvarine.



**2** Was de sla.  
Droog de sla voorzichtig met keukenpapier.



**3** Snijd de komkommer in plakjes.



**4** Snijd de tomaat in plakjes.



**5** Snijd het ei met de eiersnijder.



**6** Leg de sla op het broodje.



**7** Leg de kaas op de sla.  
Leg de ham op de kaas.



**8** Leg de komkommer op de ham.  
Leg de tomaat op de ham.



**9** Leg de plakjes ei op de ham.



**10** Bestrooi met peper en zout.

## Grillburger



*Hiernaast zie je het gerecht dat je nu gaat maken.*

*Voordat je begint moet je eerst alle ingrediënten en keukenmaterialen verzamelen.*

*Op de achterkant staat in 10 stappen uitgelegd hoe je het gerecht maakt.*

*Veel succes!*

### Ingrediënten:

1 persoon:

- Rundergehakt ..... 80 gram
- Paneermeel ..... 2 eetlepels
- Ei ..... halve eetlepel
- Nootmuskaat
- Peper
- Zout
- IJsbergsla ..... 1 blad
- Tomaat ..... 1 plak
- Augurk ..... 10 gram
- Ui ..... 10 gram
- Mayonaise ..... halve eetlepel
- Ketchup ..... halve eetlepel
- Sesambol ..... 1

### Keukenmateriaal:

- De afruimbak
- Het bekken 2x
- Het bord
- De eetlepel
- De grillpan
- Het keukenpapier
- De kookwekker
- Het officemes
- De snijplank
- De universeeltang

# Grillburger



**1**  
Doe de ketchup en de mayonaise in een bekken. Roer deze door elkaar.



**2**  
Was de sla. Droog de sla voorzichtig met keukenpapier.



**3**  
Snipper de ui fijn. Snijd de augurk in plakjes.



**4**  
Doe in het andere bekken: gehakt, ei, paneermeel, peper, nootmuskaat en zout. Knead alles door elkaar.



**5**  
Maak van het gehakt een bal. Druk de bal plat tot een burger.  
Was je handen.



**6**  
Snijd de sesambol doormidden. Verwarm de grillpan. Grill de sesambol aan de binnenkant.



**7**  
Doe de saus op de onderkant van de sesambol. Leg de ui en de augurk op de saus.



**8**  
Leg de sla op de ui en augurk. Leg de tomaat op de sla.



**9**  
Verwarm de grillpan. Grill de burger 3 minuten. Draai de burger om. Grill de andere kant ook 3 minuten.



**10**  
Leg de grillburger op de tomaat. Doe de bovenkant van de sesambol erop.