

Kopieerblad 9

Restaurant in de klas: het smaakrestaurant

Couscoussalade

Keukenspullen:

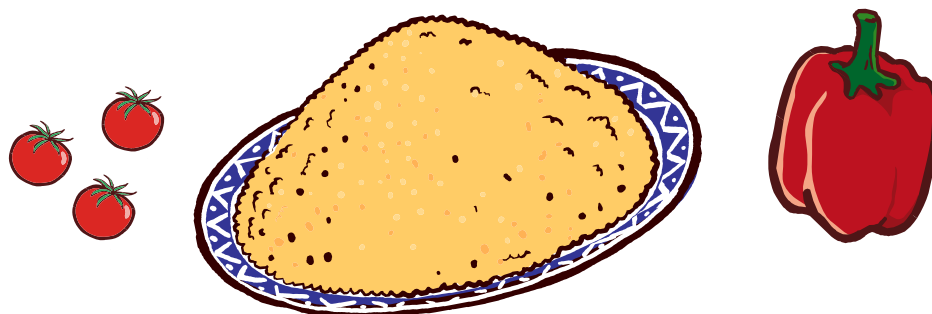
- waterkoker
- grote schaal
- snijplankjes
- mesjes
- eetlepel

Ingrediënten (voor 4 personen):

- 200 gram couscous (volkoren)
- 200 ml water
- 10 cherrytomaatjes
- 1 rode paprika
- halve komkommer
- 4 stengels bosui
- 1 handje zwarte olijven
- 5 blaadjes basilicum
- 100 gram zachte geitenkaas
- 1 eetlepel rode pesto

Bereiding:

- Kook het water en giet over de couscous. Laat de couscous in het water wellen (zie ook de verpakking).
- Breng de couscous op smaak met een eetlepel rode pesto, roer dit door de couscous.
- Snijd de blaadjes basilicum in kleine reepjes. Roer dit ook door de couscous.
- Snijd de paprika, komkommer en de zachte geitenkaas in stukjes.
- Snijd de tomaten en de olijven door de helft en snijd de bosui in kleine ringetjes.
- Voeg de tomaatjes, paprika, komkommer, bosui, olijven en geitenkaas toe aan de couscous.
- Meng alles goed en serveer het op de borden.



Kopieerblad 10

Restaurant in de klas: het smaakrestaurant

Fruitpizza

Keukenspullen:

- snijplankjes
- mesjes
- scherp keukenmes

Ingrediënten (voor 8 personen):

- 10 witte druiven
- watermeloen
- 10 aardbeien
- 1 perzik
- 1 kiwi
- 25 gram blauwe bessen
- 1 eetlepel geraspte kokos

Voedingswaarde per persoon: 45 kilocalorieën

Bereiding:

- Was de druiven en aardbeien en halveer ze.
- Schil de perzik en de kiwi en snijd ze in partjes.
- Was de blauwe bessen
- Pak een keukenmes en snijd een schijf watermeloen van ongeveer 2 cm dik.
- Leg de schijf watermeloen op een grote platte schaal. Versier de watermeloen gelijkmatig met al het fruit.
- Strooi de kokos er overheen.
- Verdeel de pizza in 8 punten.

