



SERVEER- EN BEREIDINGSWIJZE DOORDEWEEKSE MAALTIJD

Gemarineerde Spareribs

Zet de oven op 200°C. Zet het aluminiumbakje met de ribbetjes en de wedges in de oven gedurende +/- 12 minuten. Daarna de spareribs overgieten met de marinade en nog een drietal minuutjes terug in de oven. Schep de dressing over de rauwkost salade. Serveer daarna de spareribs en de wedges in een schaal of op een bordje samen met de knoflooksaus naar eigen wens.

Gemarineerde kippenpoot

Verwarm een oven voor op 200 graden en zet een pan met water op. Zet de kippenpoot in de voorverwarmde oven gedurende 15 minuten. Laat de gesloten vacuüm zakjes met de krielaardappelen in het water zakken en houd gedurende 10 minuten tegen de kook aan. Neem het zakje met krielaardappelen uit de pan en knip het open. Doe het daarna in een pan of bakje. Haal ook de kippenpoot uit de oven. Doe de dressing over de rauwkost. Serveer alles geheel naar wens.

Gebraden wild worst

Verwarm een oven voor op 200 graden, zet een ruime pan met water op en breng aan de kook. Zet de wild worstjes en de stampot zuurkool in de oven gedurende 12 minuten. Laat het gesloten vacuüm zakje met de braadjus in het warme water zakken en houd gedurende 10 minuten tegen de kook aan. Neem het zakje met de braadjus uit het water en knip de zakjes open en doe het in een pan of bakje. Haal ook de wild worst en de zuurkool uit de oven. Serveer alles geheel naar wens.

Bal gehakt

Verwarm een oven voor op 200 graden en zet een ruime pan met water op en breng aan de kook. Zet de bal gehakt en de aardappelpuree in de oven gedurende 12 minuten. Laat het gesloten vacuüm zakje met de rode kool en de braadjus in het warme water zakken en houd gedurende 10 minuten tegen de kook aan. Neem de zakjes met de rode kool en de braadjus uit het water en knip de zakjes open en doe het in een pan of bakje. Haal ook de bal gehakt en de puree uit de oven. Serveer alles geheel naar wens met de appelmoes.

Zalmfilet

Verwarm een oven voor op 200 graden en zet een ruime pan met water op en breng aan de kook. Zet de zalmfilet in de voorverwarmde oven gedurende 20 minuten. Laat de gesloten vacuüm zakjes met de botersaus, spinazie en krielaardappeltjes in het warme water zakken en houd gedurende 10 minuten tegen de kook aan. Neem de zakjes met de gerechtjes uit de pan en knip de zakjes open en verdeel over drie pannen of bakjes. Haal de zalmfilet uit de oven en serveer het geheel naar wens.

Kabeljauwfilet

Verwarm een oven voor op 200 graden. Zet de kabeljauwfilet met de prei, wortel en de gegratineerde aardappeltjes in de voorverwarmde oven gedurende 15 minuten. Haal de kabeljauwfilet en de gegratineerde aardappeltjes uit de oven en serveer het geheel naar wens.

Groenten schotel

Verwarm een oven voor op 200 graden. Zet de groenten schotel met de geraspte kaas in de oven gedurende 15 minuten. Haal de groenten schotel uit de oven doe de dressing over de rauwkost salade. Serveer het geheel naar wens.

Pasta met courgette

Zet een ruime pan met water op en breng aan de kook. Laat het gesloten vacuüm zakje met de pasta in het warme water zakken en houd gedurende 10 minuten tegen de kook aan. Neem het zakje met de pasta uit de pan en knip het zakje open. Verdeel als laatst de mozzarella stukjes over het gerecht.

Mini hamburger met rösti

Verwarm een oven voor op 200 graden en zet de mini burger en de rösti in de oven gedurende 12 minuten. Haal ze uit de oven en controleer of de mini burger gaar is. Zo niet, zet het nog 2 a 3 minuutjes terug. Serveer daarna naar wens met de appelmoes.

Pizza Margarita

Verwarm een oven voor op 200 graden en zet de pizza er in gedurende 12 minuten haal de pizza uit de oven en serveer naar wens.

Krokante kip

Verwarm een oven voor op 200 graden. Zet het bakje met de krokante kip, doperwten en wortel en de aardappel puree gedurende 12 minuten in de oven tot er een goudbruin korstje ontstaat op de kip. Haal het uit de oven en serveer naar wens.