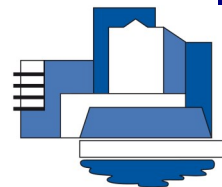


Samen sterk tegen Corona



Boodschappenpakket wk 14



SBO

Polaris 34
3225 GT Hellevoetsluis

0181-322273
algemeen@sbohellevoetsluis.com
www.sbonu.nl

Inhoud pakket

Fijn volkoren brood (1 hele)
Rol beschuit
Melk, 1 liter
Halfvolle yoghurt, 1 liter
Blik soep (800 ml)
Doos eieren M/S (10 stuks)
Uien, kilo
Champignons (250 gr)
Paprika (3 stuks)
Macaroni (kilo)
Appels, jonagold (kilo)

Pot Spagharoni Tradizional saus
Rijst, wit (400 gr)
Roerbaksaus kerrie (500 ml)
Gehakt, half om (500 gr)
Kipfilet (600 gr)
Jam, aardbei (450 gr)
Gebraden gehakt (100 gr)
Plus smeermargarine
Thee, engelse melange
Speculaas (1 pak)

Recept

Macaroni met gehakt en pastasaus

Benodigdheden voor 4 personen

- 400 gram gehakt
- 400 gram macaroni
- Pot spagharoni pastasaus
- 1 ui
- Half bakje champignons
- 1 paprika



Bereidingswijze

Snij de ui, champignons en paprika in stukjes. Doe een beetje olie of boter in een hapjespan en rul het gehakt. Eventueel het gehakt kruiden naar wens. Doe vervolgens de ui, champignons en paprika bij het gehakt. Na ± 10 minuten doet u de pastasaus erbij en laat het geheel nog ongeveer 10 minuten pruttelen. Kook ondertussen de macaroni volgens verpakking gaar. Laat deze uitlekken in een vergiet en voeg het eventueel toe aan het gehaktmengsel.

Indien in huis; Lekker met een beetje kaas er overheen.

Maak van eventueel het overgebleven gehakt een overheerlijke gehaktbal. Lekker bij groente of op brood.

Recept

Rijst met kip en roerbaksaus kerrie

Benodigdheden voor 4 personen

- 2 kipfilets in blokjes gesneden
- pak witte rijst
- Pot roerbaksaus kerrie
- 1 ui
- Half bakje champignons
- 1 paprika



Bereidingswijze

Kook de rijst zoals aangegeven op de verpakking. Snij de ui, champignons en paprika in stukjes. Doe een beetje olie of boter in een hapjespan en bak de kipfilet. Eventueel kunt u het naar wens extra kruiden. Doe vervolgens de ui, champignons en paprika bij de kip. Na ± 10 minuten doet u de kerriesaus erbij en laat het geheel nog ongeveer 10 minuten pruttelen. Voeg eventueel de rijst toe aan het kip-mengsel.

Overgebleven kip kunt u lekker opbakken en eventueel de volgende dag eten.

Houdt u voldoende over van uw bereide gerecht?

Geen punt, het is altijd lekker deze nog een keer op te warmen want na bereiding zijn de gerechten tot 3 dagen houdbaar in de koelkast. Andere optie is om porties te maken en als u een vriezer heeft deze te bewaren in de vriezer.