

ElisabethsMagazine

Volg de seizoenen
gebakken feta

Weekmenu
met recepten
uit
Elisabeths-
kitchen

WEEKMENU

AGA

NUMMER 2

Lekker recepten

voor 2

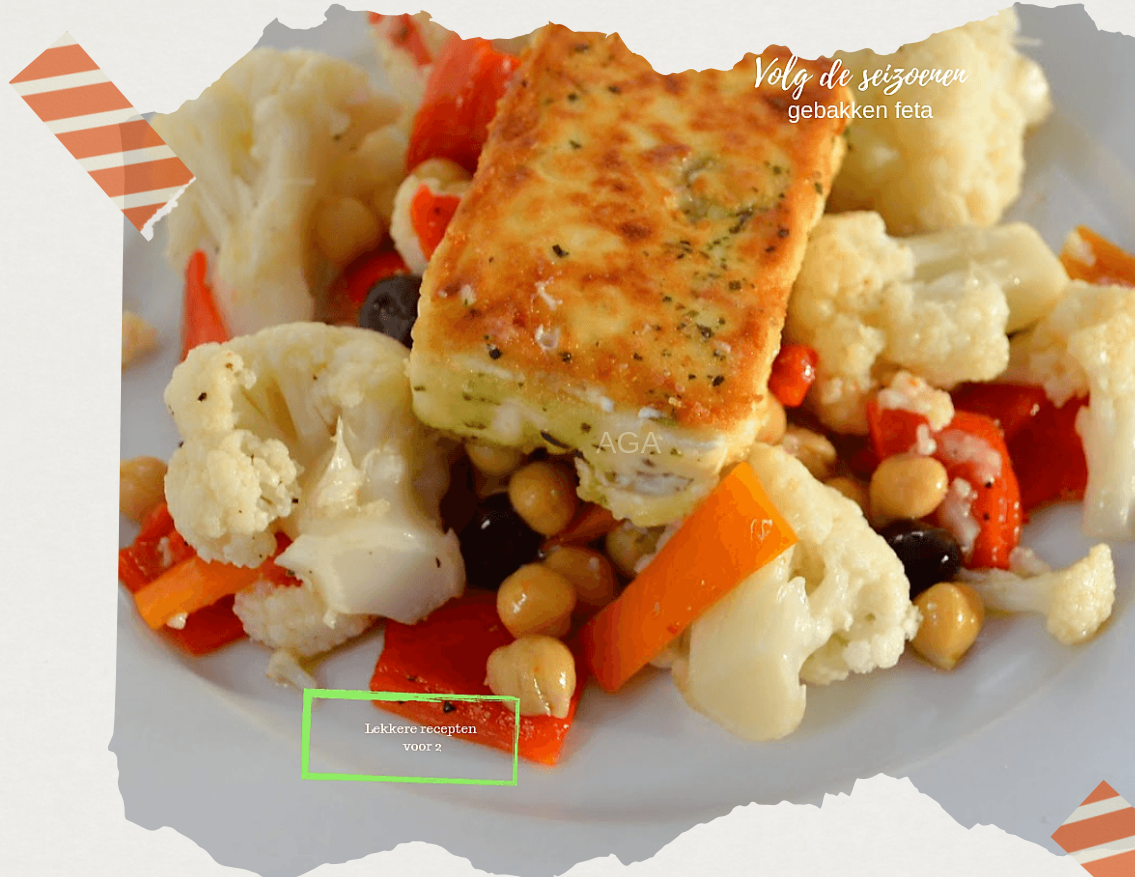
E-ZINE

MAART 2021



+EXTRA INFORMATIE

weekmenu 2



WEEKMENU NUMMER 2

VOORJAAR WEL OF NIET

Aankomend weekend gaat de zomertijd in. Veel mensen zijn er blij mee. Lekker langer licht. En nu maar hopen dat het ook een lekker warm voorjaar en zomer wordt.

Wat kan je verwachten?

Daar kan ik duidelijk in zijn. Zeven intro's naar recepten. Uiteraard met de link erbij. Ook geef ik in ieder weekmenu een extra weg. Dat kan een recept zijn, maar ook een tip. Ik zal proberen om iedere woensdag een nieuw weekmenu te plaatsen. Mocht je vrijdag of zaterdag boodschappen doen of laten bezorgen. Heb je de tijd om een lijstje te maken.

Geen vlees – wel vlees

Natuurlijk houd ik met iedereen rekening. Althans dat probeer ik. In ieder weekmenu staat zeker één recept met vis. Meerdere met vlees, maar ook meerdere zonder vlees.

Recepten voor twee

Al mijn recepten zijn voor twee personen. Nou ja al, soms voor meerdere personen. Heb je vragen over een recept kan je die altijd stellen op de pagina. Die vraag zie ik dan op facebook.

Eet Inspiratie

Zie dit en de andere, toekomstige weekmenu's, als eet–inspiratie. Lust je iets niet, bijvoorbeeld je lust geen andijvie, kies dan de groenten die je wel lust.

Elisabeth

INHOUDSOPGAVE

KLIK OP DE RECEPTNAAM EN JE GAAT DIRECT NAAR DE WEBSITE-PAGINA MET HET RECEPT EN MEER INFORMATIE

PAGINA 4 – [AARDAPPEL ANDERS MET KAAS](#)

PAGINA 5 – [BUTTERQUORN](#)

PAGINA 6 – [GEBAKKEN FETA](#)

PAGINA 7 – [MET GEHAKT GEVULDE PAPRIKA](#)

PAGINA 8 – [BLOEMKOOLSOEP](#)

PAGINA 9 – [TONIJNPIZZA UIT DE PHILIPS AIRFRYER XXL](#)

PAGINA 10 – [GARNALENSALADE](#)

PAGINA 11 – [AVOCADO – KRUIDENBOTER](#)

Ma

AARDAPPEL ANDERS MET KAAS



Link naar het recept op
website - volg de pijl

Een klassieker. Normaal
komt de saus uit een
potje. Maar dat ga je niet
meer doen. Zeker
wanneer je dit een keer
hebt gemaakt.

Naar het recept - klik

MM

BUTTERQUORN



Link naar het recept op
website - volg de pijl

Dit is een recept met een
product wat ik heb
uitgetest.

Ook zelf gekocht. Dus ik
kon eerlijk en
ongezouten mijn
mening geven. Was het
lekker of niet. Klik op de
link.

Naar het recept - klik

Ma

GEBAKKEN FETA



Link naar het recept op
website - volg de pijl

Bloemkool. Wij zijn er dol
op. En in combinatie met
de gebakken feta nog
lekkerder. Erbij
kikkererwten en paprika.
Echt genieten.

Naar het recept - klik

Ma

MET GEHAKT GEVULDE PAPRIKA



Link naar het recept op
website - volg de pijl

Meer groenten eten is
niet moeilijk. De paprika
kan je vaker eten. Ook
als tussendoortje. Maar
ook als complete
maaltijd natuurlijk.

Naar het recept - klik

Ma

BLOEMKOOISOEP



Link naar het recept op
website - volg de pijl

• Nog een recept met
• bloemkool. Inderdaad.
• Met een grote
• bloemkool doen wij
• altijd twee keer. Dan is
• soep een goede keuze.

Naar het recept - klik

TONIJNPIZZA UIT DE PHILIPS AIRFRYER XXL



Link naar het recept op website - volg de pijl

Pizza uit de airfryer. Ook zo'n succes. Voor ons tweetjes moest ik wel twee keer bakken. Maakt niet uit. Zo heb je altijd warme pizza. En lekker ook.

Naar het recept - klik

Ma

GARNALENSALADE



Link naar het recept op
website - volg de pijl

.Koolhydraatarm. Denk
.aan garnalencocktail.
.maar toch ook niet.
.Beetje ouderwets maar
.met een modern jasje.
.En heel erg lekker ook
.nog eens.

Naar het recept - klik

Ma

AVOCADO - KRUIDENBOTER



Link naar het recept op
website - volg de pijl

Met verse kruiden uit
eigen tuin. Kan ook van
de supermarkt zijn of
groenteboer. Maar het
was extra smeug
dankzij de avocado.

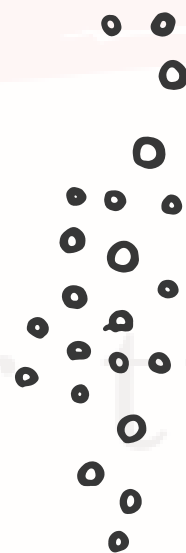
Naar het recept - klik



DE BETERE MARGARINE

Ik zag van deze margarine steeds de reclame voorbij komen. Mijn aandacht werd er naartoe getrokken om die ene zin. Zonder palmolie. Van de reclame werd ik vrolijk. Zonder palmolie helemaal prima. Maar was het ook lekker. Dat was de vraag. [Klik hier en lees mijn blog](#)

ElisabethsKitchen



GRATIS EN VOOR NIKS

En? Ben je blij dat je dit E-zine gratis heb kunnen downloaden? Ik hoop het van harte.

Laat mij vooral weten of er iets veranderd moet worden.

Misschien heb jij ook suggesties. Voor positieve suggesties sta ik altijd open.

In de E-zines geef ik extra informatie.

Je doet mij echt een plezier wanneer je de link naar het E-zine deelt met je vrienden. Op facebook of via whatsapp. Tenslotte vraagt iedereen zich toch regelmatig af. 'Wat moeten we nou weer gaan eten – zucht?'

Dan kan dit E-zine helpen. Vertel het daarom verder.

[Volg je mij al op facebook? Like mijn facebook-pagina voor actuele informatie over nieuwe recepten die ik plaats op mijn website.](#)

Wil jij meeschrijven? Laat het me weten.

E-mail: elisabethvanderark@gmail.com

Tot de volgende editie van ElisabethsMagazine met recepten uit Elisabethskitchen en meer.