

Boodschappenlijstje van kookavond 23-05-2005

Samengesteld door: Dimitri Peeters

Dit boodschappenlijstje is bedoeld voor **8 personen**. Indien u voor meer of minder personen kookt, kunt u zelf de aantallen op de stippellijntjes aanpassen.

Pittige tomatensoep met omeletreepjes

- Wok olie
- 500 gram soepgroenten
- 2 bakjes Boemboe voor Sajoer
- Atjar Tjampoer
- 4 pakjes (à 1/2 l) gezeefde tomaten
- sambal
- ketjap
- 6 lente-uitjes
- 2 eieren
- gebakken uitjes (garnering)

Groente-pindasalade op kroepoek

Salade:

- 500 gram sperziebonen
- 1 krop ijsbergsla
- 2 gele en 2 rode paprika's
- 4 eetlepels ketjap
- 1 blikje (ca. 225 gram) ananasstukjes
- 200 gram taugé
- 2 zakken kroepoek (grote plakken)
- 1/2 komkommer
- 300 gram kipfilet

Pittige pindasaus:

- 3 el zonnebloemolie
- 2 sjalotjes
- 2 teentjes knoflook
- 4 tl sambal
- 1 potje pindakaas met stukjes noot à 350 gram
- 2 pakjes romige kokosmelk
- 3 el ketjap
- 4 dl melk
- peper
- zout

Gewokte nasi goreng met cashewnoten

- Ketjap
- 700 gram gestoomde witte rijst
- 2 zakjes mix voor nasi goreng
- 6 preien
- 2 winterwortels
- wok olie
- 6 el gembersiroop
- 300 gram gezouten cashewnoten

Pittige gewokte bloemkool en broccoli

- 1 grote bloemkool
- 1 struik broccoli
- 2 uien
- wok olie
- 24 blaadjes basilicum
- 6 el kruidenpasta voor rode curry
- 1 dl sinaasappelsap
- zout

Vietnamese loempiaatjes

- 24 kleine loempiavellen
- 1 prei
- 4 teentjes knoflook
- 150 gram wortelreepjes
- 200 gram taugé
- 4 el ketjap
- 0,5 l wok olie
- sambalsaus

Vleesreepjes met groene asperges

- 1000 gram groene asperges
- wok olie
- 1000 gram roerbakrunderreepjes
- 2 bakjes boemboe voor rendang vlees
- 8 el ketjap
- 6 el gebakken uitjes

Pisang Goreng en Roedjak Manis

Pisang Goreng:

- 100 gram zelfrijzend bakmeel
- 1 dl melk
- 1 ei
- zout

- 1 mestpuntje djahé
- 4 bananen
- 1,5 dl olie
- 2 el bruine bastardsuiker

Roedjak Manis:

- 1 komkommer
- 2 zachtzure appelen (rode schil)
- 1 kleine ananas
- 1 mango
- 2 el zoetzure paprikastukjes
- 4 el bruine bastardsuiker
- 2 el ketjap
- 2 tl sambal
- 1 tl citroensap