

Boodschappenlijstje van kookavond 19-04-2023

Samengesteld door: Rob Drissen

Dit boodschappenlijstje is bedoeld voor **7 personen**. Indien u voor meer of minder personen kookt, kunt u zelf de aantallen op de stippelijntjes aanpassen.

Courgette-citroensoep

..... 2 courgettes
..... 15 g verse basilicum
..... 2 eetl. olijfolie
..... 750 ml kraanwater
..... 760 ml gevogeltefond
..... 100 g Grana Padano kaas
..... 1 citroen
..... 100 g Griekse yoghurt
..... peper
..... zout

Griekse salade

Salade:

..... 1 komkommer
..... 240 g zwarte olijven (1 potje)
..... 2 rode uien
..... 6 tomaten
..... 400 g fetablokjes
..... 200 g sla

Griekse dressing:

..... 2 teentjes knoflook
..... 4 eetl. olijfolie
..... peper
..... zout
..... 2 theel. oregano
..... 2 eetl. citroensap

Kritharaki met tomaten en gemarineerde feta

..... 4 middelgrote uien
..... 8 tenen knoflook
..... 4 eetl. milde olijfolie
..... 1 theel. gemalen kaneel
..... 1 theel. chilivlokken
..... 7 trosjes cherrytomaatjes
..... 600 g orzo pasta

..... 800 g polpa
..... 1 l kraanwater
..... 120 ml extra vierge olijfolie
..... 2 eetl. gedroogde oregano
..... 400 g feta
..... peper
..... zout

Portokalopita met yoghurt ijs

Cake:

..... 3 eieren (160 gram)
..... 110 g suiker
-1 zakje vanillesuiker
..... 160 g Griekse yoghurt
..... 100 g bloem
..... 9 g bakpoeder
..... Zeste van 1 sinaasappel
..... 100 g sinaasappelsap
..... 160 g zonnebloemolie
..... 150 g filodeeg
..... gehakte pistachenootjes

Siroop:

..... 400 g suiker
..... 330 g water
..... Sap en zeste van 1 sinaasappel

Yoghurt ijs:

..... 2 bakjes yoghurt ijs