



# Pasta met knolselder en sardines



SEIZOEN



GEMAKKELIJK



DUUR



SNEL

		Middelgroot 6-18 maanden	Groot 18-36 maanden
	INGREDIËNTEN (bruto, rauw)*	GRAM/PORTIE	
Eiwitten	Sardines	10 g	20 g
Groenten	Knolselder	165 g	205 g
Zetmeelstoffen	Pasta	35 g	45 g
Vetstoffen	Olijfolie	3 kl	2 kl

\* Allergenen in vetjes

## ADVIES BIJ DE BEREIDING

De pasta koken

De knolselder koken in water of met stoom

De sardinefilets verbrokkelen

Alles mengen en de olie toevoegen alvorens op te dienen

## OPMERKINGEN

---



---



---





## BEOORDELING VAN HET RECEPT

DATUM	MIDDELGROOT	GROOT
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10
	/10	/10

## BEOORDELING VAN DE HOEEVEELHEID

DATUM	MIDDELGROOT			GROOT		
	EIWITTEN	GROENTEN	ZETMEEL STOFFEN	EIWITTEN	GROENTEN	ZETMEEL STOFFEN

- ++ : veel te veel
- + : teveel
- 0 : ongeveer juist
- : niet genoeg
- - : echt niet genoeg

Als er één deel (vlees, groenten, zetmeelstoffen) te veel is, geef dat dan aan in de tabel