



# Polenta met paprika's



SEIZOEN



GEMAKKELIJK



GOEDKOOP



GEMIDDELD

		Middelgroot 6-18 maanden	Groot 18-36 maanden
	INGREDIËNTEN (bruto,rauw)*	GRAM/PORTIE	
Eiwitten	Emmental (niet voor 18 maanden) Eieren	/ 10 g	10 g 15 g
Groenten	Paprika's	145 g	180 g
Zetmeelstoffen	Polenta	30 g	40 g
Vetstoffen	Olijfolie	1 kl + 2 kl	1 kl + 1 kl

\* Allergenen in vetjes

## ADVIES BIJ DE BEREIDING

- De eieren hard koken, laten afkoelen en snijden
- De polenta bakken met een beetje olie, water toevoegen en krachtig mengen met de klopper
- De gesneden paprika's toevoegen
- Van het vuur halen
- Verspreiden over een plaat en in porties snijden
- Garneren met kaas, eieren en de resterende olie

## OPMERKINGEN

Geen kaas voor 18 maanden





## 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