



# Puree met kastanjepompoen, koraallinzen en plattekaas met dragon (optioneel)



SEIZOEN



GEMAKKELIJK



GOEDKOOP



GEMIDDELD

		Middelgroot 6-18 maanden	Groot 18-36 maanden
	INGREDIËNTEN (bruto,rauw)*	GRAM/PORTIE	
Eiwitten	Plattekaas <i>(niet voor 12 maanden)</i>	30 g	30 g
Groenten	Kastanjepompoen	145 g	185 g
Zetmeelstoffen	Koraallinzen	15 g	25 g
Vetstoffen	Koolzaadolie	3 kl	2 kl
Kruiden	Dragon (optioneel)	1/4 kl	1/2 kl

\*Allergenen in vetjes

## ADVIES BIJ DE BEREIDING

De koraallinzen koken in water

De kastanjepompoen bereiden in de oven/in water

De dragon mengen met de witte kaas

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