

# Boodschappenlijstje van kookavond 14-10-2019

*Samengesteld door: Richard Hovens*

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

## Geroosterde tomatensoep

- ..... 1 kg tomaten
- ..... 2 uien, in parten gesneden
- ..... 1 of 2 knoflooktenen in zijn geheel
- ..... 1 flinke eetlepel gedroogde tijm
- ..... 1 eetl. balsamico azijn
- ..... flinke scheut olijfolie
- ..... zout en versgemalen zwarte peper

## Patatas Bravas

- ..... 1 kg kruimige aardappelen
- ..... 250 ml olijfolie
- ..... 3 eetl. rozemarijn
- ..... 1 eetl. paprikapoeder
- ..... 0,5 theel. zout
- ..... 1 snufje peper
- ..... 4 eidooiers
- ..... 1 citroen
- ..... 6 tenen knoflook
- ..... 1 theel. cayennepeper
- ..... 1 bakplaat bekleed met bakpapier

## Albóndigas

- ..... 500 g h.o.h gehakt
- ..... 1 ei
- ..... 5 eetl. paneermeel
- ..... snuf paprikapoeder
- ..... snuf oregano
- ..... 2 a 3 teentjes knoflook
- ..... 1 bosje verse peterselie
- ..... 500 ml gezeefde tomaten
- ..... 2 sjalotjes
- ..... 1 theel. suiker
- ..... peper
- ..... zout
- ..... 0,5 rode peper

## **Minifrittata met courgette en Parmezaanse kaas**

..... 1 g mascarpone (beker 250 g)  
..... 8 eieren  
..... 1 teen knoflook  
..... 0,5 courgette  
..... 25 g Parmezaanse kaas (stukje)  
..... 2 takjes basilicum (bakje 20 g)  
..... 4 eetl. olijfolie  
..... 1 snufje zout  
..... 1 snufje peper  
..... 2 kleine koekenpannen

## **Spaanse tapasburgertjes met courgette**

..... 2 courgettes  
..... 1 teen knoflook  
..... 4 eetl. olijfolie  
..... 165 g olijven met knoflook  
..... 500 g gemengd slagersgehakt  
..... 15 g platte peterselie  
..... 8 mini-boterbollen  
..... 3 eetl. kruidenaioli  
..... 1 knoflookpers  
..... 1 bakplaat  
..... 8 tapasprikkers

## **Churros balletjes**

..... 125 ml melk  
..... 125 ml water  
..... 120 g roomboter  
..... 2 eetl. suiker  
..... snuf zout  
..... 250 g bloem  
..... 4 eieren  
..... (zonnebloem) olie om te bakken  
..... 50 g suiker  
..... 1 theel. kaneel  
..... eventueel chocoladesaus