



Ruud 's Kookboek

Kiprecepten V v1.1

Inhoudsopgave.

Ajam bawang - kip met ui.....	3
BBQ-kipkluijjes met butterchickendip.	4
Doritos® loaded kip kerrie.....	5
Kip met taugé en pittige pindasaus.....	6
Kip tandoori en mangochutney met paneer.	7
Kippenbouillon met paddenstoelen.....	9
Muamba de Galinha.	10
Romige kippenpasteitjes.	11
Tagliatelle met kipgehakt en pesto-courgettesaus.	12
Witlofsalade met koude kiprollade.	13
Zoete-aardappelfriet met krokante kip.	14
Gebruikte afkortingen.....	15

Ajam bawang - kip met ui.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Indische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten:

2 cm gember, verse, geraspt
4-5 el ketjap manis
1 tl ketoembar (koriander)
500 g kipdijfilet, in blokjes
3 tn knoflook, geperst
- olie, om te bakken
- peper, versgemalen
1 el sambal oelek
1 el sap, citroen- (of azijn)
2-3 uien, grote fijn-gesnipperd
- zout

Bereiding.

Marineer de kip met 2 el ketjap, de helft van de knoflook en gember, en wat peper/zout. Verhit olie in een wok of braadpan en bak de kip rondom goudbruin. Haal de kip uit de pan. Fruit in dezelfde pan de gesnipperde uien glazig (voeg indien nodig extra olie toe). Voeg de rest van de knoflook, gember, sambal en ketoembar toe en bak die 1 min. mee. Doe de kip terug in de pan, voeg de rest van de ketjap en het citroensap toe. Laat het geheel met de deksel schuin op de pan ca. 15-20 min. zachtjes sudderen tot de kip gaar is en de saus is ingedikt.

Tips:

- Lekker met witte rijst en atjar.
- Maak het zoeter door een schepje gula djawa (palmsuiker) of bruine suiker toe te voegen.
- Voeg voor extra uiensmaak ook wat uienpoeder toe.
- Voor een dikkere saus kun je aan het einde een papje van maïzena met water toevoegen.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

BBQ-kipkluifjes met butterchickendip.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

2 el azijn, natuur-
30 g boter, room-,
ongezouten
3 el Butter Chicken
Kruidenpasta in pot
1 kg kipkluifjes
1 el olie, zonnebloem-
1 tl peper, cayenne-
100 ml room, slag-,
verse
1 tl suiker, kristal-
300 g tomaten, tros-
70 g tomatenpuree
3 uien, rode
75 ml water
50 g yoghurt, Griekse,
10%

Bereiding.

Doe de kipkluifjes in een diepe schaal.
Meng $\frac{1}{2}$ van de kruidenpasta, de cayennepeper, de yoghurt en de olie door de kipkluifjes.
Dek de schaal af en laat de kluifjes 30 min. in de koelkast marineren.
Snijd $\frac{1}{2}$ van de rode uien in flinterdunne halve ringen en meng die met de azijn.
Snijd ondertussen de rest van de uien in stukken.
Verhit de boter in een grote hapjespan en fruit de ui 3 min.
Voeg de rest van de kruidenpasta toe en bak nog 2 min.
Snijd de tomaten grof.
Voeg de tomatenpuree en 75ml (per 4 personen) water toe aan de tomaten.
Breng de tomaten aan de kook en laat ze met de deksel op de pan 15 min. op een middelhoog vuur koken.
Haal de tomatencurry van het vuur en pureer het met de staafmixer tot een gladde saus.
Meng de slagroom en de suiker erdoor en laat het iets inkoken (ca. 5 min.).
Steek de barbecue aan.
Gril de kipkluifjes in 25 min. gaar (keer ze regelmatig).
Verdeel de kipkluifjes over een bord.
Schep de warme saus in een kom.
Verdeel de ingelegde ui over de kipkluifjes.

Tips:

- Lekker met gedroogd fenegriekblad.
- De kip kun je 1 dag van tevoren marineren en de uien en saus kun je ook 1 dag van tevoren maken.
- De butterchickendip is zowel warm als koud lekker.

Bereidingstijd: 60 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 375
Eiwit: 19 g
Koolhydraten: 8 g
w/v suikers: 7 g
Natrium: - mg
Vet: 29 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 13 g
Vezels: 2 g
Groente: - g
Zout: 0,7 g

Doritos® loaded kip kerrie.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 3-4
Sterren: ***
Bron: Doritos.nl

Ingrediënten

150 g ananas, verse, in stukjes
125 ml crème fraîche
1 zk Doritos® Sweet Chilli Pepper (170 g)
1 jalapeño, fijngesneden
2 el kerriepoeder
200 g kipstukjes (evt. vega)
- olie, olijf-

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Bak de (vega)kipstukjes in een pan met een beetje olijfolie goudbruin.
Voeg de kerriepoeder toe en bak het kort mee.
Roer de crème fraîche erdoor en laat het warm worden tot een romige saus.
Rooster de stukjes ananas met een brander of onder de grill tot ze licht gekarameliseerd zijn.
Verdeel de Doritos® Sweet Chilli Pepper over een schaal.
Schep de warme kip-kerriesaus over de Doritos® Sweet Chilli Pepper en top het af met de stukjes ananas en gesnipperde jalapeño.

Tip:

Lekker bij de barbecue.

Kip met taugé en pittige pindasaus.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Smulweb

Ingrediënten

2 el azijn
200 ml bouillon, tuin-
kruiden-
4 el ketchup
8 el ketjap manis
400 g kipfilet, in blokjes
2 tn knoflook
2 el olie, olijf-
6 el pindakaas
5 tl sambal oelek
4 el suiker, basterd-,
donkere
300 g taugé
3 uien
50 g uitjes, gebakken

Bereiding.

De smaak van deze tosti wordt sterk bepaald door de mangochutney, dus neem de beste die je kunt krijgen. Een misschien niet zo traditionele combinatie van mango met een beetje gember en appel doet het wonderlijk goed met de gesmolten kaas. Om te dippen zet je een schaaltje raita op tafel.

Verhit de olie in een wadjan, wok of braadpan. Bak hierin de kipblokjes al omscheppend goudbruin en gaar. Neem de kip uit de pan; doe dit in een schaal en houd het warm. Voor de pindasaus: fruit in het achtergebleven vet de uien aan en pers de knoflookteentjes erboven uit. Voeg de bouillon toe, alsook de azijn, de ketjap en de ketchup. Roer het goed door elkaar. Voeg de suiker, de sambal en de pindakaas toe. Roer alles tot een gladde saus. Was de taugé even met wat kokend water en voeg dit met de kipblokjes bij de saus en laat het even meewarmen (niet te lang!!!).

Tip:

Serveer het gerecht met rijst.

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Kip tandoori en mangochutney met paneer.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: Indiase
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Werelds

Ingrediënten

- boter, ongezouten,
zachte
2 broden, naan-, grote
4-6 el chutney, mango-
4-5 el currypasta,
Indiase
2 pl kaas, milde, dunne
(bijv. Goudse kaas of
fontina)
2 kipfilets (à 300 g)
- zout
100 g paneer, in stukjes
gesneden

Voor de raita:

½ komkommer, fijn-
gesneden
1 hv munt, verse, fijn-
gehakt
2½ dl yoghurt
1 snf zout

Bereiding.

De smaak van deze tosti wordt sterk bepaald door de mangochutney, dus neem de beste die je kunt krijgen. Een misschien niet zo traditionele combinatie van mango met een beetje gember en appel doet het wonderlijk goed met de gesmolten kaas. Om te dippen zet je een schaaltje raita op tafel.

Verwarm de oven voor tot 180°C.

Bestrijk de kip royaal met de Indiase currypasta.

Strooi er een klein beetje zout over en laat de kip ca. 20-25 min. in de oven braden totdat deze helemaal gaar is.

Laat de kip afkoelen en snijd de kip in dunne plakjes.

Bereid, terwijl de kip in de oven staat, de raita-dip.

Druk met behulp van keukenpapier zo veel mogelijk vocht uit de komkommer.

Roer vervolgens alle ingrediënten voor de raita goed door elkaar.

Zet de raita apart.

Besmeer de naanbroden aan één kant met boter en zet ze apart.

Neem een grote koekenpan met dikke bodem en met antiaanbaklaag.

Je zult de tosti's in twee rondes moeten bakken, aangezien naanbroden nogal groot zijn.

Leg een naanbrood in de pan, met de beboterde kant onder.

Je gaat straks het naanbrood dubbelvouwen om er een tosti van te maken.

Leg dus je vulling op één helft.

Beleg het naanbrood met een plak kaas en schik de helft van de plakjes kip daarop.

Schep hier een paar lepels van de chutney overheen en spreid die voorzichtig gelijkmatig uit.

Verdeel de helft van de paneerstukjes erover.

Vouw nu de ene helft van het naanbrood over de andere helft, zodat de vulling bedekt wordt.

Zet het vuur op matig en laat de eerste kant van de tosti gedurende 3-5 min. bakken totdat deze goudbruin is geworden, waarbij je met een spatel lichte druk uitoefent.

Keer de tosti met de spatel voorzichtig om en laat de andere kant gedurende 2-3 min. bakken.

Haal de tosti uit de pan en leg deze op een bord.

Laat hem een paar min. afkoelen voordat je de tosti serveert.

Herhaal, zo nodig, deze handelingen voor de resterende tosti.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Tip:

Paneer is een Indiase roomkaas, verkrijgbaar in toko's en in natuurvoedingswinkels.

Kippenbouillon met paddenstoelen.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: Indonesische
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Carta

Ingrediënten

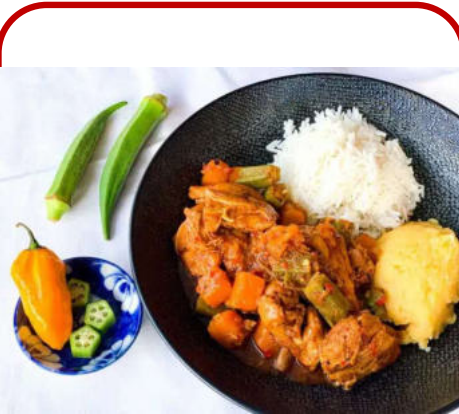
1 bouillontablet, kippen-
100 g kippenfilets
6 maïskolven, mini-
15 g paddenstoelen
2 el saus, soja-
0,75 dl sherry, medium
2 uien, bos-, in ringetjes

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Week de paddenstoelen 10 min. in 4 dl heet water.
Scheep de paddenstoelen met een schuimspaan uit de kom.
Schenk het weekvocht voorzichtig in een pan, zodat restjes zand achterblijven.
Voeg aan het weekvocht het bouillontablet, de sherry en de sojasaus toe en breng de bouillon aan de kook.
Snijd de paddenstoelen en de kip in dunne reepjes.
Snijd de maïs in plakjes en de bosui in ringetjes.
Voeg de paddenstoelen, de kip en de maïs toe aan de bouillon en kook alles in 5 min zachtjes gaar.
Verwarm de bouillon evt. opnieuw en strooi er de uienringetjes in.

Muamba de Galinha.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Angolese
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Vinissima.nl

Ingrediënten

300 ml bouillon, kippen-
(van een bouillonblokje)
1 kg kippendijen (of 4
kippenbouten)
2 tn knoflook, fijngehakt
2 laurierblaadjes
16 okra's, in stukken
van ca. 2cm
- olie, olijf-
3 el olie, palm-
1 tl paprikapoeder,
gerookte
- peper, versgemalen
1 pepertje, chili-, ragfijn
gesnipperd
½ pompoen, in blokjes
2 tomaten, verse,
middelgrote, in blokjes
2 uien, gehakt
- zout

Voor de marinade:

1 citroen, sap van
1 tn knoflook, fijngehakt
1 pepertje, chili-, ragfijn
gesnipperd
- zout

Bereiding.

Maak eerst de marinade.

Leg de kip in de marinade en bedek alle delen.

Laat het een uurtje intrekken.

Verhit de olijfolie en bak de kippdelen aan alle kanten
aan (doe dat evt. in delen).

Haal de kip uit de pan.

Voeg de palmolie toe en verwarm het.

Voeg de uien toe.

Fruit ze een paar minuten zachtjes tot ze glazig zijn.

Fruit dan de knoflook, de chilipeper en het gerookte
paprikapoeder een minuut mee.

Voeg vervolgens de tomatenblokjes, de
laurierblaadjes en de kippenbouillon toe.

Leg de kip terug in de pan en laat die 25 min.
zachtjes sudderen.

Voeg dan de pompoenblokjes en okra toe en laat het
nog 15 min. zachtjes sudderen (kijk of er voldoende
vloeistof in de pan is en voeg anders nog wat bouillon
toe).

Heb je aan het einde teveel vloeistof, laat die dan met
de deksel van de pan nog wat verkoken (de okra
bevat veel gelatine en is wat slijmerig; dat is een
perfect bindmiddel).

Breng het geheel op smaak met zout en peper.

Tips:

- Serveer het gerecht met funge of pirão en/of
rijst.
- Gebruik i.p.v. het chilipepertje naar eigen wens
meer of een ander pepertje, zoals cayenne of
rawit, of heter zoals Scotch Bonnet of Madame
Janette, of 'gindungo'-saus.

Variaties:

- Je kunt verse tomaten vervangen door een blik
tomatenblokjes.
- Je kunt okra vervangen door courgette en/of
aubergine.
- Je kunt pompoen vervangen door zoete
aardappel.
- Heb je geen palmolie, dan kun je dat vervangen
door kokosolie of arachideolie met paprikapoeder
(maar dat smaakt wel anders natuurlijk).

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g

Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Romige kippenpasteitjes.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: PWN,
SamenEenKoeKopen.nl

Ingrediënten

75 g champignons
150 ml crème fraîche
2 kipfilets, enkele
2 el mayonaise
8 pasteitjes, bladerdeeg-, kant en klare
- peper, zwarte
2 el peterselie, gladde, fijngehakte
- slablaadjes
25 g tomaten, zongedroogde, in olijfolie
1 bs uitjes, lente-
- zout

Bereiding.

Snijd de kipfilets in dunne reepjes.
Maak de lente-uitjes goed schoon en snijd ze fijn.
Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes.
Laat de zongedroogde tomaten uitlekken en vang daarbij 1 el olie op.
Snijd de tomaten klein.
Verhit de opgevangen olie in een pan of wok.
Braad daarin de reepjes kipfilet ca. 2-3 min. aan.
Voeg de tomaten, de lente-uitjes, de champignons en de crème fraîche toe.
Laat het geheel op een laag vuur ca. 10 min. zachtjes doorkoken tot de vloeistof bijna verdampt is.
Neem de pan of wok van het vuur.
Roer de mayonaise en peterselie erdoor en breng het op smaak met peper en zout.
Verdeel de vulling over de pasteitjes.
Garneer ze met de blaadjes sla en serveer ze direct.

Tips:

- U kunt kant en klare pastei bakjes van bladerdeeg in de supermarkt of bij de warme bakker kopen.
- Als u de pasteitjes als voorgerecht serveert heeft u voldoende voor 8 personen. Schenk er Prosecco bij.
- De champignons in dit recept kunt u ook vervangen door asperge-koppen. Voeg deze pas op het laatst toe.

Vorb. tijd: 30 min.
Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 2390
Energie kcal: 570
Eiwit: 24 g
Koolhydraten: 28 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 40 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: 2 g
Groente: - g
Zout: - g

Tagliatelle met kipgehakt en pesto-courgettesaus.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande, De
Nieuwsbode

Ingrediënten

2 courgettes
100 g crème fraîche
300 g kipgehakt
1 el olie, olijf-, milde
40 g Parmigiano
Reggiano
- peper
90 g pesto, groene,
verse
300 g tagliatelle
1 ui, middelgrote

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 730
Eiwit: 31 g
Koolhydraten: 64 g
w/v suikers: 14 g
Natrium: 440 mg
Vet: 38 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 13 g
Vezels: 4 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de pasta volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Snipper de ui.
Verhit de olie in een hapjespan en bak de ui en het kipgehakt 5 min. op een middelhoog vuur.
Rasp ondertussen de courgettes grof, doe ze in een vergiet en schenk er kokend water over.
Laat het goed uitlekken en druk er met de bolle kant van een lepel zoveel mogelijk vocht uit.
Doe de helft van de courgette samen met de pesto en crème fraîche in de hoge beker en pureer het met een staafmixer tot een gladde saus. Breng de saus op smaak met peper.
Giet de pasta af en doe die terug in de pan.
Voeg de courgette-pestosaus toe en verwarm het nog 1 min.
Meng het met het gehakt, de rest van de courgette en de helft van de kaas en breng het op smaak met peper.
Verdeel de pasta over diepe borden en bestrooi het met de rest van de kaas.

Witlofsalade met koude kiprollade.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: dr. Frank

Ingrediënten

1 avocado
1 tl azijn
200 g kiprollade
2 el mayonaise
- peper, versgemalen
1 el sap, citroen-
150 g witlof, gewassen,
in stukjes
- zout

Bereidingstijd: 10-15
min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 424
Eiwit: 27 g
Koolhydraten: 7 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: 27 g
w/v verzadigd: 5 g
Vezels: 5 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Was de witlof, snijd het bittere gedeelte aan de binnenkant weg en snijd de rest in kleine reepjes.

Klop de mayonaise los met 1 el water en 1 tl azijn.

Schep de saus door de witlof.

Schil de avocado en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Doe er een beetje zout, peper en 1 el citroensap overheen.

Snijd de kiprollade in plakken en serveer alles naast elkaar op een bord.

Tip:

Je kunt i.p.v. de kiprollade ook koude varkensrollade of -fricandeau gebruiken.

Zoete-aardappelfriet met krokante kip.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl,
Coop.nl

Ingrediënten

600 g aardappelfriet,
zoete (diepvries)
6 el dressing, naturel
4 kipschnitzels,
gepaneerd
2 el olie, zonnebloem-
300 g sla-melange
4 tomaten, tros-

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 25 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 606
Eiwit: 23 g
Koolhydraten: 59 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 27 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 4 g
Vezels: 8 g
Groente: - g
Zout: 1,6 g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Verdeel de friet over de bakplaat en rooster die in ca. 25 min. in het midden van de oven lichtbruin (schep de friet halverwege om).
Verhit intussen de zonnebloemolie in een grote koekenpan en bak de schnitzels in ca. 10 min. goudgeel (keer ze halverwege).
Snijd de tomaten in dunne partjes en meng die met de sla-melange en de dressing.
Serveer de friet met de schnitzels en de salade.

Gebruikte afkortingen.



v2.5

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klmj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje

15



v2.5

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krrp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	Miniblikje
ms	Maatschepje
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	Staafje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trs	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

