



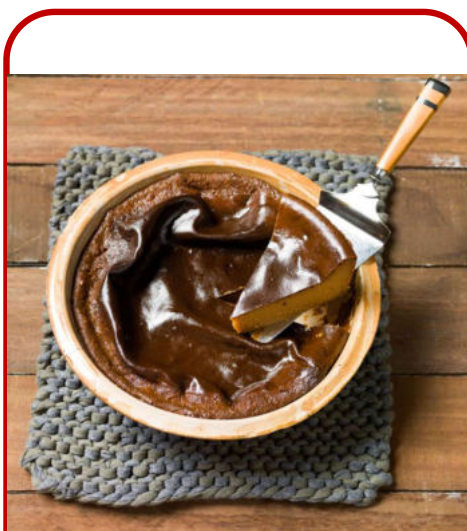
Ruud 's Kookboek

Belgische recepten III v0.1

Inhoudsopgave.

Aalsterse vlaai.....	3
Gebruikte afkortingen.....	4

Aalsterse vlaai.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Belgische
Personen: 8
Sterren: ***
Bron: SPAR.be

Ingrediënten:

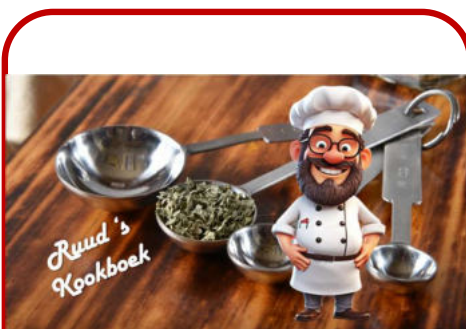
5 pk Betterfood
(koekjes)
2 eieren
1 l melk (Boni
Selection)
1 mp kaneel
175 g koek, peper-
75 g siroop, kandij-
2 el siroop, kandij-,
donkere
75 g suiker
1 zk suiker, vanille-
1 snf zout

Bereiding.

Breek de Betterfood (koekjes) en peperkoek in kleine stukjes.
Meng alle ingrediënten, behalve de eieren, in de melk en laat het gedurende 1-2 uur weken.
Klop de eieren los en giet ze bij de andere ingrediënten.
Mix alles goed.
Giet het in een kookpot en zet het op het vuur.
Breng het aan de kook en laat het indikken onder voortdurend roeren (roer grondig want het kan gemakkelijk aanbranden).
Verwarm ondertussen de oven voor op 180°C.
Spoel een keramieken ovenschaal met koud water.
Giet de ingedikte pap in de ovenschaal.
Zet de ovenschaal in de voorverwarmde oven en laat de vlaai gedurende 60 min. bakken.
Zet de oven uit en laat het nog 10 min. in de oven staan.
Haal de schaal uit de oven en laat het afkoelen.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: 60 min.
Wachttijd: 60-120 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

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



v2.5

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	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
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

