



Ruud 's Kookboek

IJsrecepten III v0.2

Inhoudsopgave.

IJssandwiches met aardbeienijs.....	3
Yoghurt-aardbeienijs.....	4
Gebruikte afkortingen.....	5

IJssandwiches met aardbeienijs.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl,
DekaMarkt, Hoogvliet

Ingrediënten:

3 el amandelen,
ongebrand
3 el cranberry's,
gedroogd
3 el hagelslag,
chocolade-, mix
6 bol ijs, room-, aard-
beien
12 Triple Chocolate Chip
Cookies

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 393
Eiwit: 7 g
Koolhydraten: 47 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 20 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 9 g
Vezels: 3 g
Groente: - g
Zout: 0,4 g

Bereiding.

Hak de cranberry's en amandelen fijn.
Scheep op elk koekje een bol aardbeienijs, leg er
een 2e koekje op en druk een beetje aan.
Bestrooi de zijkanten van de sandwiches met
cranberry's, amandelen en chocoladehagel.
Druk ze iets aan en serveer direct.

Tip:

Maak, als je toch bezig bent, een paar extra
sandwiches. Vries ze in. Mooie dag? IJsje
pakken!

Yoghurt-aardbeienijs.



Menugang: Nagerecht,
tussendoortje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Luc van Kessel

Ingrediënten

400 g aardbeien
1 citroen
1 dl room, slag-
150 g suiker, poeder-
4 dl yoghurt, volle

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.

Snijd de citroen doormidden en pers de citroen uit.

Pureer de aardbeien met de suiker en 1 el citroensap in een blender of met een staafmixer in een grote mengkom.

Meng er met een spatel de yoghurt en de slagroom doorheen.

Bewaar de rest van de citroen in de koelkast.

Schenk het mengsel in een diepvriesdoos.

Zet de doos voorzichtig in de diepvriezer en laat het in ±6 uur bevriezen (schep het mengsel ieder uur om met een vork).

Schep het ijs in een schaaltje of in een hoorntje.

Tip:

Je kunt het mengsel ook in de ijsmachine gieten en de ijsmachine in ± 40 min. ijs laten draaien.

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
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
trsje	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

