



Ruud 's Kookboek

Britse recepten / v1.3

Inhoudsopgave.

Britse pasteitjes.	3
Engels ontbijt.	4
Engelse zalmboter.	5
Gingerbread - gemberbrood.	6
Iers Allerheiligenbrood.	7
Sally Lunn bread.	8
Schotse rib.....	9
Scones met clotted cream en jam.	10
Scones met cranberry-sinaasappel-jam.	11
Welsh rarebit.	12
Wentelteefjes met marmelade en Schotse room.....	13
Whisky-eend.....	14
Zwarte snoepappels.....	15
Gebruikte afkortingen.	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.

Britse pasteitjes.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Britse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2012-11

Ingrediënten

1 aardappel, vastkokend
8 pl bladerdeeg,
roomboter-
60 g boter
1 ei
250 g gehakt, half-om-
half
½ knolselderij
- peper, versgemalen
1 ui
125 g winterpeen
1 el Worcestershire
Sauce
- zout

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: 35 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 715
Eiwit: 20 g
Koolhydraten: 46 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 49 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 0 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Snijd de aardappel, de knolselderij en de winterpeen in blokjes van 1 x 1 cm.
Maak de ui schoon en snijd hem in ringen.
Snijd de ringetjes ui klein.
Meng de aardappel, knolselderij en winterpeen met de ui en de Worcestershire sauce door het gehakt.
Breng het gehakt op smaak met versgemalen peper en zout.
Plak steeds 2 plakjes bladerdeeg aan elkaar zodat er een rechthoek ontstaat.
Druk de overlappende rand aan.
Verdeel de vulling over het midden van het deeg.
Leg op elke portie 15 g boter.
Vouw de 4 uiteinden van het bladerdeeg naar binnen en druk het rondom dicht.
Druk met duim en wijsvinger een schulp patroon in de rand.
Herhaal dit met de rest van de pasteitjes.
Bestrijk ze met ei en bak ze ca. 35 min. in de oven.

Engels ontbijt.



Menugang: Ontbijt-gerecht

Keuken: Britse

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Lekkerbekken met een knipoog

Ingrediënten

- allesbinder
- 8-12 pl bacon
- 2 el bloem
- bonen, witte, in tomatensaus
- boter
- 5 sn brood, wit-
- brood met marmelade
- 4-8 eieren
- 250 g gehakt
- 2 el melk
- 4-8 tomaten

Bereiding.

Week 1 snee brood (zonder korst) in de melk, maak het fijn en meng het goed met het gehakt.

Strooi wat bloem op het werkblad.

Verdeel het gehakt in 8-12 stukjes, maak er rolletjes van en wentel deze door de bloem.

Beboter 4 sneden witbrood aan beide kanten.

Snijd de tomaten doormidden.

Doe de witte bonen in een pannetje en warm ze zachtjes op.

Bak de worstjes in een beetje boter.

Voeg na ca. 5 min. de bacon en de tomaten toe.

Bak deze ca. 5 min.

Bak de eieren in een andere pan.

Rangschik tomaat, bacon, worstjes, witte bonen op 4 borden.

Bak intussen het brood in een droge koekenpan snel aan 2 kanten goudbruin.

Snijd de sneden brood diagonaal doormidden en leg 2 stukjes op ieder bord.

Tips:

Serveer het ontbijt met thee en een glas sinaasappelsap.

Na het warme gedeelte kan evt. nog het geroosterd brood met marmelade op tafel zetten.

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

Engelse zalmboter.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Britse
Personen: -
Sterren: **
Bron: AllerHande 2005-3

Ingrediënten

75 g roomboter
½ bk tuinkers
150 ml wijn, droge witte
400 g zalmfilet
½ bk zalmsnippers,
gerookte (à 100 g)

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.

Breng in een pan de wijn met 100 ml water aan de kook.

Draai het vuur zeer laag.

Leg de zalmfilet in de wijn leggen (eventueel nog wat water toevoegen, vis moet net onderstaan).

Laat de zalmsnippers in 10 min. gaar worden.

Neem de zalm met een schuimspaan uit pan.

Verwijder de donkere stukjes zalm.

Pureer de rest van de zalm met 50 g boter en 3 el van het kookvocht in keukenmachine of met de staafmixer.

Voeg de donkere zalmsnippers toe aan de puree.

Pureer de donkere zalmsnippers kort mee (zodat nog enigszins grove stukjes zalm zichtbaar blijven).

Schep de helft van de tuinkers door het mengsel.

Breng het mengsel op smaak met zout en peper.

Schep het zalmmengsel in een schaaltje.

Strijk de bovenkant van het schaaltje glad.

Smelt de rest van de boter (in de magnetron).

Schenk de boter in een dun laagje op het zalmmengsel.

Laat de inhoud van het schaaltje (in de koelkast of vriezer) opstijven.

Zet de zalmboter tot gebruik afgedekt in de koelkast.

Neem de schaal zalmboter uit koelkast.

Garneer de zalmboter met de rest van de tuinkers.

Tip:

Lekker met geroosterd wit- of bruinbrood.

Gingerbread - gemberbrood.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Ierse
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

50 g bakgember
1½ tl bakpoeder
225 g bloem
- boter, room-
90 g boterklontjes
1 ei, klein
1 tl gemberpoeder
1½ dl melk
75 g rozijnen
175 g stroop
100 g suiker, basterd-,
bruine
½ tl zout

Bereiding.

Op 6 januari vieren de Ierse vrouwen hun eigen feest, met een feestelijke theemiddag, waarop deze gemberkoek een glansrol heeft. De drukte van de feestdagen is daarna over, het gewone leven begint weer!

Zeef in een kom de bloem, het zout, de gemberpoeder en de bakpoeder.

Verwarm in een pan, al roerend, de bruine basterdsuiker en de boterklontjes en roer dit glad.

Voeg geleidelijk de stroop en de melk toe en roer het glad.

Laat het mengsel wat afkoelen en roer het bij het droge mengsel.

Meng er het ei, de rozijnen en de bakgember door.

Schep het mengsel in een met bakpapier beklede (brood- of cake)vorm van 23 cm lengte en bak het 1 uur (180°C).

Laat het 'brood' op een rooster uitdampen.

Serveer het met roomboter.

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

Iers Allerheiligenbrood.



Menugang: -
Keuken: Ierse
Stuks: 1
Sterren: **
Bron: Smulweb.nl

Ingrediënten

550 g bloem, bakkers-
50 g boter, gesmolten
1 ei, losgeroerd
15 g gist, verse (òf 2 tl
gist, gedroogde)
½ tl kaneel, gemalen
100 g krenten
3 dl melk, lauwe
1 snf nootmuskaat,
geraspte
50 g oranjessnippers,
kleingesneden
200 g rozijnen
50 g suiker, witte, fijne
½ tl zout

Bereiding.

Doe de melk in een kom.
Roer de gist door de melk.
Laat het mengsel 20 min. rusten als u
gedroogde gist gebruikt.
Roer 100 g bloem door de melk.
Laat het mengsel 30 min. staan tot zicht schuim
vormt.
Klop het ei door het mengsel.
Klop de boter door het mengsel.
Zeef de resterende bloem met de kaneel en
nootmuskaat boven het mengsel.
Kneed het mengsel tot een zacht, glad deeg.
Kneed de vruchten en suiker door het deeg.
Laat het deeg afgedekt met ingevette plastic
folie 2 uur rijzen tot het dubbele volume is
ontstaan.
Sla het deeg in.
Druk de luchtballen uit het deeg.
Doe het deeg over in een ingevette ronde vorm
van 20 cm doorsnee.
Laat het deeg afgedekt met ingevette plastic
folie rijzen tot het dubbele volume is
ontstaan.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Bak het brood 30-40 min. (tot het hol klinkt als
u er tegen tikt).
Laat het brood afkoelen.

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

Sally Lunn bread.



Menugang: -
Keuken: Engelse
Stuks: 2
Sterren: **
Bron: MyRecipes.com

Ingrediënten

15 g gist, verse (òf 2 tl
gist, gedroogde)
1 el honing, vloeibare
3¼ dl melk, lauwe
450 g bloem,
bakkerszout
- schil van 1 citroen,
geraspt
2 eieren, losgeroerd
50 g boter, gesmolten

Voor het glazuur:

1 el suiker, witte, fijne,
opgelost in 2 el water

Serveren met:

- room

Bereiding.

Roer de gist en honing door de melk.
Gebruikt u gedroogde gist, laat het mengsel
dan 20 min. staan tot zich schuim vormt.
Klop 100 g bloem door de melk.
Laat het mengsel circa 30 min. op een warme
plaats staan tot zich schuim vormt.
Voeg de overige ingrediënten toe aan de melk.
Roer het mengsel tot een glad deeg ontstaat.
Doe het deeg over in 2 ingevette kleine
cakevormen.
Laat het deeg 1½ uur rijzen tot het dubbele
volume is ontstaan.
Verwarm de oven voor op 220°C.
Bak de broden 20 min. tot ze lichtbruin zijn.
Haal de broden uit hun vormen.
Laat de broden afkoelen.
Kook het suikerwater tot een siroop.
Bestrijk de broden met de siroop.
Snijd de afgekoelde broden horizontaal in
drieën.
Bestrijk de lagen rijkelijk met room.
Stapel de broodlagen weer op elkaar.

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

Schotse rib.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Smaken van Vroeger

Ingrediënten

100 g boter
4 sn brood, zonder korst
4 eieren
- peper
- zout

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.

Smelt de boter in de pan en laat deze licht bruinen.

Leg de boterhammen in een lage vuurvaste schaal en breek op elk sneetje een ei.

Bestrooi het ei licht met peper en zout.

Zet de schaal onder de grill tot het eiwit is gestold.

Tip:

Leg op het geroosterde brood eens een plak kaas, vervolgens een plak ham en breek daarop een ei.

Strooi er eens wat paprikapoeder over of serveer met ketchup.

Scones met clotted cream en jam.



Menugang: Brunch-,
lunch-, ontbijtgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: o.a. Bakken.nl,
ChickLovesFood, The
answer is food

Ingrediënten

10 g bakpoeder
- bloem, voor het
werkblad
60 g boter, room-, op
kamertemperatuur
1 ei
- jam, aardbeien-
250 g mascarpone
250 g meel, bak-,
zelfrijzend
110 ml melk, volle
125 ml room, slag-
30 g suiker
1 vanillestokje

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 225°C.
Doe het zelfrijzend bakmeel samen met het
bakpoeder en het merg uit het vanillestokje in
een kom.
Snijd de boter in plakjes en wrijf ze met je
vingers door het meelmengsel heen, het is de
bedoeling dat het lekker korrelig wordt.
Meng nu ook de suiker door het mengsel.
Klop het ei los met de melk.
Houd 5 el in een bakje apart.
Meng beetje bij beetje het eimengsel met een
vork door het deeg.
Zodra er een deegbal ontstaat kun je het deeg
verder tot een bal vormen (je hoeft het deeg
niet echt te kneden, zo blijft het lekker luchtig).
Strooi wat bloem op je werkblad en rol het
deeg uit tot een plak van ca. 1,5 à 2 cm.
Steek rondjes uit het deeg met een glas met
een doorsnede van ca. 6 cm.
Leg de uitgestoken rondjes op een bakplaat
met bakpapier, bestrijk ze met het overige ei-
melk mengsel en bak ze 10 tot 15 min. in de
oven.
Klop ondertussen de slagroom stijf.
Scheep vervolgens de mascarpone erdoorheen.
Serveer de scones met de clotted cream en wat
aardbeienjam (of een andere jam naar keuze).

Tip:

Ook lekker met lemon curd.

Bereidingstijd: 10 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

Scones met cranberry-sinaasappel-jam.



Menugang: Brunch-,
ontbijtgerecht, tussen-
doortje
Keuken: -
Stuks: 4-6
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl,
Food & friends

Ingrediënten

1 tl bakpoeder
- bloem, om te
bestuiven
50 g boter
1 pt cranberrycompote
125 ml crème fraîche
1 ei
2 el likeur, sinaasappel-
of port, rode
225 g meel, bak-,
zelfrijzend
75 ml melk of melk,
karne-
1 sinaasappel, rasp en
sap van
2 el suiker of suiker,
basterd-, witte
- zout

- bakplaat, ingevet

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 220°C.
Meng het bakmeel met de bakpoeder, suiker en
een snuffje zout.
Voeg de boter toe en wrijf het met de
vingertoppen tot een fijn kruim.
Scheep het in een kom en maak een kuiltje in het
midden.
Klop in een andere kom het ei los met de melk
en houd 1 eetlepel van dit mengsel apart.
Giet de rest bij het meelmengsel en meng het
er met een vork doorheen.
Kneed het deeg goed door.
Voeg nog wat bloem toe als het deeg te
plakkerig is.
Rol 4-6 gelijke bolletjes van het deeg.
Verdeel ze over de bakplaat en druk ze plat tot
ca. 2½ cm hoog.
Bestrijk ze met het eimengsel en bak de scones
in de oven in 8-10 min. goudgeel en gaar.
Leg ze op een rooster en laat ze een beetje
afkoelen.
Verwarm intussen de cranberrycompote met de
sinaasappelrasp, -sap en -likeur (zonder te
koken).
Serveer de scones met de crème fraîche en de
jam.

Tip:

Deze scones serveer je met jam en crème
fraîche. Maar om de romige Engelse 'clotted
cream' te evenaren kun je een deel van de
crème fraîche ook vervangen door nog
romigere mascarpone.

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 10 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 290
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 46 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 8 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 6 g
Vezels: 2 g
Groente: - g
Zout: 0,6 g

Welsh rarebit.



Menugang: -
Keuken: Britse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

4 sn brood, casino, wit,
dikke, geroosterd
250 g Cheddar, in kleine
blokjes
2 tl mosterd, Engelse
2 dl Pale Ale
- peper

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.

Verwarm de grill voor.
Verwarm het bier met de kaas, mosterd en
peper al roerend tot een vloeibare massa.
Leg het brood op bakpapier.
Schenk het kaasmengsel over het brood.
Laat het brood onder de grill 2 min. kleuren.

Tip:

Leg eerst wat uitgebakken spekjes, een plakje
ham, schijven tomaat of een spiegelei op het
brood.

Wentelteefjes met marmelade en Schotse room.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman,
Coop.nl, Recepten-
Plein.nl

Ingrediënten

- boter
8 sn brood, wit-
4 eieren
- marmelade (whisky-)
2 dl melk
2 dl room, slag-
2 el whisky, single malt
(bv. Glen Grant)

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

Bereiding.

Snijd de korsten van het brood.
Klop de eieren in de melk los en week het brood erin.
Smelt de boter en bak het brood langzaam bruin.
Besmeer de wentelteefjes met marmelade.
Doe de whisky bij de slagroom, klop deze stijf en garneer er de wentelteefjes mee.



Whisky-eend.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Schotse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Marischka

Ingrediënten

1 eend (ca. 5 kg)
- olie, olijf-
- peper, versgemalen
- spekreepjes
2 fl whisky, Scotch
- zout

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.

Verwarm de oven ca. 10 minuten voor op 180°C.
Vul een longdrink glas voor de helft met whisky.
Drink de whisky op gedurende het opwarmen van de oven.
Lardeer de eend met het spek.
Wrijf de binnenkant van de eend in met zout en peper.
Leg de eend op een muur...vuurvaste schotel.
Schenk een tweede glas whisky in.
Drink de whisky op.
Plaats de eend in de oven plaatsen.
Zet de oven na. 20 minuten op 200°C
Bul twee blazen met whisky.
Dlink de klazen op.
Laap de scherven van et ielste klas op.
Sjenk nog een aalff klas in.
Dlink de klas op.
Doe na en nalff uul de hoven ope om deent te sjekke.
Ga de blantwondezalf in de padkamer aale en doet oep de povekand van de rinkelend.
Gev denove nesjot.
Sjenk twi glose in.
Soep ven de twie glose biski tmiddelste glas op.
Doe nove ope na dieste bles bieske leegis.
Pak de sjotel vast.
Doe de blandwondesalf op de binnekand van de twiejande.
Rape deent oep.
Drink dander glasse bisski oep.
Rape deent nogis oep.
Vege met nen nantdoek de blandwondzalf van deent.
Ontvet ande me bissky.
Rape den tuup salf kier oep.
Vege tkapot glas oep.
Zit deent terug inden ove.
Rape deent oep.
Doe den ove ope.
Doe de twiede fles biski ope.
Rape den twiede fles oeprape van de keukenbloor.
Staan oep van de bloer en vege tvettig spek onder dekas.
Staan nogis oep van de bloer en blieve dan tochma zitte.
Sett de bles op de grond.
Drinke ban de teut; de klase zen oep of kapot.
Sett den ove af.
Doen doege toe.
Ronke deniele nacht.
Snijd de volgende late voormiddag de eend aan met het zilveren feestbestek.
Degusteren de eend met citroen en mayonaise.
Ruim de hele namiddag en de vroege avond de rotzooi in de keuken op.
Was de muren en het plafond af.
Breng de twee lege flessen naar de glasbak.
Koop op de terugweg paracetamol, maagtabletten en zout.
Snijd het vlees aan plakken.

Zwarte snoepappels.



Menugang: Hapje
Keuken: Amerikaanse,
Britse
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: Jennifer Katie,
LoveFoodFeed

Ingrediënten

12 appels (Granny
Smith)
½ tl azijn, witte
¼ tl room, wijnsteen-
460 g suiker, witte
125 ml water, kokend
1 tl voedselkleurstof,
zwarte

Bereiding.

Was en droog de appels.

Verwijder de steeltjes van de appels.

Steek een lollystokje in iedere appel.

Leg de appels op een vel perkamentpapier klaar om te worden gecoat.

Doe de suiker, het water, de wijnsteenroom, de kleurstof en de azijn in een pan.

Meng op een middelhoog vuur alle snoepingrediënten tot alle suiker is opgelost. Stop met roeren zodra de snoepmix begint te koken (ca. 8-10 min.).

Om te testen of het snoepje klaar is laat je een paar druppels kokend snoepmix in een kom met koud water vallen (als de snoepmix nog zacht is, heeft het nog 1-2 min. nodig).

Wanneer u uw appels dompelt, kantelt u de pan een beetje, zodat de snoepappels volledig bedekt zijn (zorg ervoor dat u geen hete snoepmix op uw huid morst, omdat dit een vervelende brandwond kan veroorzaken).

Als er nog snoepmix in de pan zit, pak dan een theelepel en vul de bovenkant van je snoepappels op de plek waar de stokjes zitten (dit om ervoor te zorgen dat er geen appelschil zichtbaar blijft op je afgewerkte snoepappels). Laat je snoepappels 5 min. staan, zodat de snoepmix kan stollen.

Tips:

- Granny Smith-appels zijn een van de beste appels om te gebruiken, omdat ze geen bubbels veroorzaken als ze eenmaal zijn bedekt met het hete zwarte snoepje.
- Als u niet van plan bent uw zwarte snoepappels dezelfde dag op te eten, wikkel ze dan in voedselveilige plasticfolie om eventuele schade aan de appels, zoals barsten en borrelen, te voorkomen.

Voorg. tijd: 10 min.
Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 215
Eiwit: 1 g

Koolhydraten: 54 g
w/v suikers: 19 g
Natrium: - mg
Vet: 2 g
w/v onverzadigd: 1 g
w/v verzadigd: 1 g
Vezels: 4 g
Groente: - g
Zout: - g

Gebruikte afkortingen.



v2.4

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 (= ½ 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



v2.4

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krr	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	Miniblikje
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	Winglas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun...  U ook???

Het IBAN-nummer van de Stichting Blind Elephant Experience luidt:
NL63 RBRB 0943 525 756

Compressed by  PDF24