



Vrijdag: [Tjokvolle Italiaanse maaltijdsoep](#) (en amai die was lekker). Turks brood on the side.



## WEEK 2

Zaterdag: [Broccolitaart met camembert en cashewnoten van Danny](#). Dat was toch de bedoeling. Ik vergat camembert te kopen, maar had gelukkig nog een groot stuk emmentaler. Minder pittig, maar wel lekker.

Zondag: [Pasta met witte asperges en gerookte zalm](#)

Maandag: Tortellini met champignons en aurorasaus. Ik had het er [hier](#) al een keertje over.

Dinsdag: [Croques met cheddar, pesto en gegrilde courgette](#)

Woensdag: [Vegetarische burger met ovenfrietjes en avocado-fetasaus](#). Ik koos voor “kippenburgers”.

Donderdag: [Parelcouscous met kip in tomatensaus](#). Maar aangezien we al “kip” hadden gehad de vorige dag, koos ik voor “schnitzel” die ik in reepjes sneed.

Vrijdag: [Spinazie-quinoasalade met groene asperges, tuinerwten en witte kaas](#). Maar dan met witte asperges (want ik had nog

overschot van de witte asperges en nog geen groene gekocht) en de witte kaas werd een beetje vergeten. Wel extra courgette toegevoegd, want die bleek ook nog in de koelkast te liggen.



### WEEK 3

Zaterdag: Stoofvlees (nog steeds uit de diepvries, [zie hier](#)) met rijst en “pekes en ertjes”

Zondag: Pasta met [scampi's in pittige tomatenroomsaus](#)

Maandag: [Risotto met boschampionns](#)

Dinsdag: Wraps met falafelballetjes, verse groentjes (sla, geraspte wortel, tomaat, ajuin) en véél looksaus

Woensdag: Frietjes (we blijven gezond doen ☐ )

Donderdag: [Vegetarische moussaka met feta](#)

Vrijdag: [Noedelsoep met shiitake en paksoi](#). Met nog wat extra naan voor de liefhebbers.



## WEEK 4

Zaterdag: [Pasta pesto ovenschotel](#)

Zondag: [Pasta met kip, courgettes en asperge](#)

Maandag: [Vegetarische nasi](#)

Dinsdag: [Lentesalade met avocado](#), met stokbrood

Woensdag: Koude patatjes met mayonaise, ajuin en bieslook, worst en tomatensla

Donderdag: [Gebakken gnocchi, spinazie en spekjes](#)

Vrijdag: [Sushicake](#)





## WEEK 5

Zaterdag: Overschotjes

Zondag: [Witlooftaart met gerookte zalm](#)

Maandag: [Pasta met kerstomaten en feta in de oven](#), deze keer [zonder brandwonden](#) ☐

Dinsdag: [Lentepasta met groene groenten](#)

Woensdag: [Venkelrisotto met geitenkaas](#), maar toen was er geen venkel in de winkel en koos ik voor prei

Donderdag: Spinaziepuree met fish-sticks

Vrijdag: [Groentewraps met vegetarische schnitzel](#)



## WEEK 6

Zaterdag: uit eten – Wokpaleis

Zondag: Gebakken asperges met gebakken patatjes, rivierkreeftjes en hardgekookt ei

Maandag: Groentelasagna op schoonmoeders wijze (boordevol groenten, zonder bechamel)

Dinsdag: [Romige pasta met ricotta, zure room, paprika en zongedroogde tomaten](#); dochterlief was chef van dienst

Woensdag: [Lentestoofpotje met linzen, paprika en gegrilde kaas](#)

Donderdag: [Rijstsalade](#) met veggieballetjes

Vrijdag: [Vegan kapsalon](#)

**Als er nu nog iemand op Facebook durft posten dat zij/hij niet weet wat te koken, dan ga ik toch wel eens héél kwaad kijken ☐**