





## Recepten smeerbaar broodbeleg

<p><b>Hammousse</b></p>	
<p>Ingrediënten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 100 gram gekookte ham</li> <li>• 3 eetlepels ricotta of cottage cheese of petit suisse plattekaas</li> <li>• Knoflookpoeder</li> <li>• Rozemarijn</li> <li>• Peper en zout</li> </ul>	
<p>Bereidingswijze:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mix de ham, plattekaas en kruiden fijn tot een mousse.</li> <li>2. Kruid eventueel af naar smaak.</li> </ol>	
<p><b>Kipmousse</b></p>	
<p>Ingrediënten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 75 gram kippenwit</li> <li>• 3 eetlepels ricotta of cottage cheese of petit suisse plattekaas</li> <li>• 2 eetlepels fijngesnipperde bieslook</li> <li>• 1 mespunt knoflookpoeder</li> <li>• Peper en zout</li> </ul>	
<p>Bereidingswijze:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mix de kip, plattekaas en kruiden fijn tot een mousse.</li> <li>2. Kruid eventueel af naar smaak.</li> </ol>	

<p><b>Surimisalade</b></p>	
<p><b>Ingrediënten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200 gram surimi sticks</li> <li>• 2 middelgrote eieren</li> <li>• 3 eetlepels ricotta of cottage cheese of petit suisse plattekaas</li> <li>• Peterselie</li> <li>• Peper en zout</li> </ul>	
<p><b>Bereidingswijze:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kook de eieren hardgekookt.</li> <li>2. Mix de surimi sticks, eieren en peterselie fijn.</li> <li>3. Lepel er de plattekaas door tot een smeuijge salade/mousse.</li> <li>4. Kruid eventueel af naar smaak.</li> </ol>	

<p><b>Forelmousse</b></p>	
<p><b>Ingrediënten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 125 gram forel</li> <li>• 3 eetlepels ricotta of cottage cheese of petit suisse plattekaas</li> <li>• 1 eetlepel water</li> <li>• Peper en zout</li> </ul>	
<p><b>Bereidingswijze:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mix de forel, water en plattekaas tot een mousse.</li> <li>2. Kruid eventueel af naar smaak.</li> </ol>	

<b>Garnalensalade</b>	
<b>Ingrediënten:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 400 gram gepelde garnalen</li> <li>• 2 eieren</li> <li>• 1 eetlepel mayonaise (ENKEL D&amp;L mayonaise paarse dop)</li> <li>• 2 eetlepels ricotta of cottage cheese of petit suisse plattekaas</li> <li>• Peterselie</li> <li>• Peper en zout</li> </ul>	<b>Foto?</b>
<b>Bereidingswijze:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kook de eieren hardgekookt.</li> <li>2. Mix de garnalen, eieren en peterselie fijn.</li> <li>3. Lepel er de plattekaas en mayonaise door tot een smeuiige mousse.</li> <li>4. Kruid eventueel af naar smaak.</li> </ol>	

<b>Tonijnsalade</b>	
<b>Ingrediënten:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 blik tonijn op eigen nat (+- 160 gram)</li> <li>• 1 koffielepel vocht van tonijn</li> <li>• 2 eetlepels ricotta of cottage cheese of petit suisse plattekaas</li> <li>• 1 eetlepel magere natuuryoghurt</li> <li>• Peper en zout</li> </ul>	
<b>Bereidingswijze:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mix de tonijn, plattekaas en yoghurt bij elkaar in een kom.</li> <li>2. Indien de salade te dik is, kan je deze aflengen met een beetje vocht van de tonijn uit blik.</li> <li>3. Kruid eventueel af naar smaak.</li> </ol>	