



Grote fruittas

gevuld met fruit van het seizoen

Deze zomer hebben wij een speciale aanbieding: een eenmalige box met daarin 2 zomerse gerechten (die lekker lang houdbaar zijn) en daarbij een tas vol met seizoensfruit. Op deze manier kun je laagdrempelig en op jouw tijd kennis maken met Ekomenu.

1 min | kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

Fruitpakket groot

1P	2P	3P	4P
st	1	1	1

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Dit is geen recept, maar wel een korte uitleg van het fruitpakket.
2. Wekelijks stellen wij een mooi pakket samen op basis van fruit van het seizoen, dat we liefst van zo dichtbij mogelijk halen.
3. We helpen jou aan voldoende fruit voor 10 dagen. Altijd de aanbevolen hoeveelheid van 200 gram per persoon per dag. Een goed gevulde tas met producten zo veel mogelijk uit het seizoen en van eigen bodem.

Tip: Bewaar in de warme zomer al het fruit in de koelkast, dan blijft het lekker lang goed. Exotisch fruit kan niet goed tegen de kou, leg deze op de fruitmand!

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

