



Wentelteefjes

met gebakken appel

Wentelteefjes ... wie is er niet mee groot geworden ;-) Dit populaire ontbijt- of lunchgerecht wordt meestal gemaakt van oud brood, die je in een mengsel doopt van melk en eieren. Met een paar simpele ingrediënten tover je oud brood om tot een heerlijk ontbijt, lunch of een lekkere traktatie. Zacht vanbinnen, goudbruin en knapperig vanbuiten. Heerlijk met vers fruit, poedersuiker of een beetje kaneel!

15 min | 510 kcal

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



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

1P

2P

3P

4P

zelf toevoegen:

Eieren	st	0.5	1	1.5	2
Halfvolle melk	ml	65	125	185	250
Kaneelpoeder	tl	1	2	3	4
Siroop, stroop of suiker	tl	0.5	1	1.5	2
Volkoren boterham	st	1.5	3	4.5	6
Roomboter	el	0.5	1	1.5	2
appel	st	0.5	1	1.5	2
Zout					

**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. Mix ei, melk, kaneel, siroop en een snufje zout met een garde in een ruime kom of ovenschaal.
2. Neem per persoon 1 of 2 volkoren boterhammen en snijd ze doormidden of in vieren. Dompel ze onder in het mengsel en laat vervolgens uitlekken op een bord.
3. Verwarm boter in een bakpan en bak de wentelteefjes gaar en goudbruin aan aan beide kanten.
4. Was de appel, verwijder het klokhuis en snijd in plakjes. Bak de appel met de wentelteefjes mee en maak af met honing, siroop, stroop of een beetje suiker.

Tip: Je kunt ook wat suiker en kaneelpoeder mengen en over de wentelteefjes strooien.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

