

SY:Zeebaars met citroen

peterselieaardappeltjes en geroosterde venkel

0 min | 483 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
Aardappels, kruimig	g	200	400	600	800
Venkel	st	1	1	2	2
Citroen	st	0.5	1	1.5	2
Cherry tomaten, los	g	40	80	120	160
Peterselie	g	5	10	15	20
Kabeljauwfilet	g	150	300	450	600
zelf toevoegen:					
Olie	el	0.5	1	1.5	2

*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

Tip:

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

