

*Schoonheidssalon Imago*  
*wenst u een gezellige kerst*  
*en een gelukkig 2010*



## **SanaSlank Kerstmenu Vis**



### **Voorgerecht**

Eekhoorntjesbroodbouillon



### **Hoofdgerecht**

Kabeljauw-Garnalenschotel uit de oven



### **Nagerecht**

Chocolade en aardbeien ijs



*Schoonheidssalon Imago  
wens u een gezellige kerst  
en een gelukkig 2010*



**BEREIDINGSWIJZE**

**Eekhoortjesbroodbouillon**

2 uien, in blokjes van 1 cm - 2 stengels bleekselderij, blokjes van 1 cm - 1 prei, in blokjes van 1 cm - 1 laurierblaadje - 2 takjes verse tijm - handvol verse peterselie - 10 gram gedroogd eekhoortjesbrood - 1,5 dl water.

Doe de ingrediënten in een hoge smalle pan en zorg dat alles onder water staat. Breng het geheel aan de kook, zet het vuur laag en laat de bouillon 40 minuten sudderen. Schep intussen het bovendrijvende schuim eraf. Zeef de bouillon en gooi de vaste bestanddelen weg.

400 gram paddestoelen (champignons en/of shii-take) in dunne plakjes snijden en samen met wat tijm in ongeveer 10 minuten bakken. Blijf het ondertussen omscheppen om te voorkomen dat het aanbrandt. Neem hiervan 2 eetlepels en doe het in een soepkom, giet hier de bouillon overheen.

**Kabeljauw-Garnalenschotel uit de oven**

300 gram kabeljauw- halve groene paprika - 1 prei - 1 rode peper - witte kool - 150 gram sperziebonen - 1 bakje cocktailgarnalen (125 gram) - 1 theelepel gemberpoeder - halve theelepel chilipoeder - zout - 4 eieren - peper - 75 gram Zwitserse strooikaas

Verwarm de oven voor op 175 °C

De kabeljauw in stukjes snijden. De groente klein snijden en de helft in een ingevette (met olijfolie) ovenschaal leggen. De kabeljauw en garnalen erover verdelen. Dan bestrooien met de gemberpoeder, chilipoeder en zout. Afdekken met de rest van de groente. In een kom de eieren los kloppen met daarin peper en zout. Eiermengsel over de schotel verdelen. Na 20 minuten de Zwitserse strooikaas erover verdelen en laten smelten. In totaal moet de ovenschotel 30 minuten in de oven.

**IJs**

De SanaSlank desserts zijn heel geschikt om ijs van te maken. Maak het gewenste dessert aan met water en zet dit in de vriezer. Roer dit af en toe even door. Een lekkere combinatie is bijvoorbeeld SanaSlank aardbeienijs met chocolade ijs. Steek er desgewenst een SanaSlank chocoladekoekje in.

