



HERFSTAANBIEDING

Ontvang gratis een uitgebreide stoelmassage van 30 min t.w.v. € 30 bij een aankoop van een lichaamsmassage!

Massage bij u thuis

Lichaamsmassage 60 min = € 60



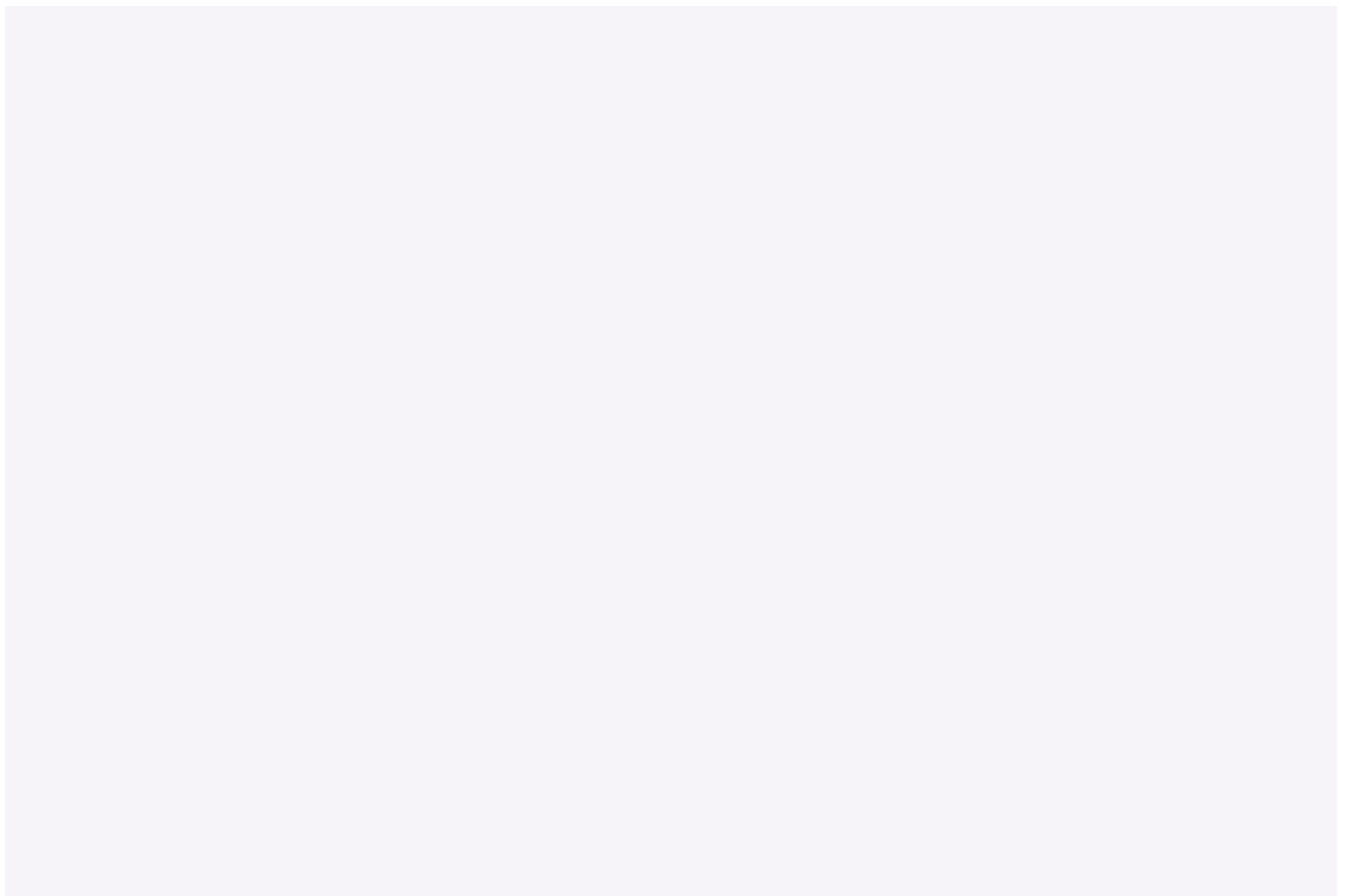
Massage in de praktijk

Lichaamsmassage 60 min = € 50

(P.s geldig van 29 sept t/m 14 Okt 2019, Excl. Reiskosten >20 km, Max 2 per klant)

Gieta Sewgobind Holistisch masseur www.wellnessvoorjou.com 06-45733049





Diner

diner *zelfstandig naamwoord* [dine] Een maaltijd die meestal 's avonds wordt genuttigd; bestaat vaak uit bereide eiwitten, groenten, granen en peulvruchten. Het diner wordt vaak gevolgd door een dessert, een zoete gang waarmee de maaltijd wordt afgesloten. Zoals gebruikt in de zin: "Diner is mijn favoriete moment van de dag omdat ik dan met mijn gezin samen ben."

- 1: Gegrilde tahoe
- 2: Spaghetti à la mama
- 3: Varkenskarbonades
- 4: Kip en rijst met champignonsoep
- 5: De beste kerstkalkoen ooit

Klik hier om een foto toe te voegen.
U kunt deze tijdelijke aanduiding verwijderen door deze te selecteren en op Delete te drukken.

Gegrilde tahoe

Van: oma Vicki
Porties: 2 tot 3

Vorbereidingstijd: 25 min
Bereidingstijd: 20 min

Instructies

1:

Snijd de tahoe kruiselings in zes plakken. Leg de plakken in één laag op minimaal drie vellen keukenrol en bedek deze met nog meer vellen. Plaats een ondiepe braadpan of bakplaat op de plakken en laat het geheel gedurende vijf minuten staan.

2:

Vermeng rijstazijn, sesamolie, miso, gember, knoflook, peper en 1 eetlepel plantaardige olie in een glazen quichevorm. Voeg de tahoeplakken in één laag hieraan toe, marineer deze gedurende tien minuten. Draai de plakken minimaal tweemaal om.

Opmerkingen

Als u het overvloedige vocht uit de tahoe drukt, wordt deze steviger en droger zodat de heerlijke marinade beter intrekt.

Ingrediënten

1 blok (400 g)

stevige tahoe, uitgelekt

1 kopje

rijstazijn

1 theelepel

Aziatische sesamolie

1 eetlepel

rode misopasta

1 1/2 theelepel

fijngeraspte geschilde verse gember

1 teentje

knoflook, fijnggehakt

1/4 theelepel

stukjes gedroogde Spaanse peper (mooi fijn)

1 eetlepel + 1 theelepel

plantaardige olie

Klik hier om een foto toe te voegen.
U kunt deze tijdelijke aanduiding verwijderen door
deze te selecteren en op Delete te drukken.

Titel van recept

Van: naam

Vorbereidingstijd: 00 min.

Porties: aantal personen

Bereidingstijd: 00 min

Instructies

1:

Eerste stap.

2:

Tweede stap.

3:

Derde stap.

4:

Vierde stap.

5:

Vijfde stap.

Opmerkingen

Voeg details van recept hier toe.

Ingrediënten

0 blok (0 g)

Naam van ingrediënt

0 0/0 kopje

Naam van ingrediënt

0 theelepel

Name of ingredient

1 eetlepel

Naam van ingrediënt

0 0/0 theelepel

Naam van ingrediënt

0 0/0 eetlepel

Naam van ingrediënt

0/0 theelepel

Naam van ingrediënt

0 eetlepel + 0 theelepel

Naam van ingrediënt