

## Inhoud

In deze fiche stellen we voor om een (gezins)namiddag te organiseren waar gekookt en samen getafeld wordt. Het kan een mooi moment zijn waarin Gods liefde voelbaar wordt.

## Doelstellingen

- Koppels (met kinderen) bereiden samen een maaltijd en genieten van dit samenwerken.
- De koppels/gezinnen worden door de plaatselijke parochiegemeenschap hartelijk ontvangen.

## Programma

Vooraf           manier van aanpakken beslissen  
                      uitnodigingen verspreiden  
                      aankoop ingrediënten

10 min           gebedsmoment  
60 min           samen koken  
60 min           samen tafelen

## Verloop en aanpak

### 1. *Manier van aanpakken beslissen*

Vooraleer je de uitnodigingen verspreidt, is het nodig dat je goed nadenkt over de manier van aanpakken. Enkele mogelijkheden:

- Alle mama's bereiden het aperitief voor, de papa's het hoofdgerecht en de kinderen het dessert;
- Eén of meerdere gezinnen zorgen voor het aperitief, anderen voor het hoofdgerecht;
- Je nodigt alleen koppels uit die samen aan de slag gaan;
- ...

Er zijn dus vele opties. Je kan hier heel creatief zijn volgens de mogelijkheden ter plekke. Het is belangrijk dat je een persoon of een werkgroep hebt die het geheel coördineert.

2. *Uitnodigingen verspreiden*

Je maakt met het affichebeeld een mooie uitnodiging die je lang genoeg op voorhand verspreidt. Je nodigt koppels/gezinnen uit voor een doe-middag of -avond onder de titel: "Koken met liefde".

3. *Samen koken*

Er wordt samen gekookt. Voor enkele ideeën: zie recepten. Maar via het wereldwijde web zijn er nog heel wat tips te vinden.

4. *Samen tafelen*

Wanneer alles bereid is, wordt er samen getafeld. Voor de maaltijd kan je een Taizélied zingen.

*God is vol liefde*

*Music : Taizé*

*©Ateliers et Presses de Taizé, France*

A D A c#m f#m hm E

God is vol lief - de. Durf voor die lief - de al - les te ge-ven.

A hm A E f#m hm E A

Durf het te wa - gen. Geef je zon - der angst.

Een tafelgebed bidden is ook een mogelijkheid.

*Heer, wij vragen uw zegen over ons en over deze maaltijd,  
wij danken U voor de vriendschap en de liefde  
die we vandaag bij het bereiden van deze maaltijd hebben mogen delen.  
We mogen geloven dat Uw liefde hemelhoog is  
en dat Uw trouw reikt tot aan de wolken.  
Laat ons ook diegene die te weinig hebben niet vergeten.  
Dit alles vragen we U, in Jezus' naam.  
Amen.*

[HTTPS://NJAM.TV/BLOG/8-IDEALE-COCKTAILS-VOOR-VALENTIJN](https://njam.tv/blog/8-ideale-cocktails-voor-valentijn)

### EEN VALENTIJSAPERITIEF

Ingrediënten voor 1 cocktail:

8 frambozen, ½ tl rietsuiker, 1 partje citroen, 1 cl suikerwater, 8 ijsblokjes, prosecco



De Canaletto is wellicht de ultieme Valentijn-cocktail. De cocktail is feestelijk, heeft de kleur van de liefde en komt uit het romantische Venetië. De Canaletto is een twist op een bekendere Venetiaanse cocktail, de Bellini. Beide cocktails zijn genoemd naar Venetiaanse schilders. De Bellini is een cocktail op basis van witte perzik, een ingrediënt dat bij ons enkel in de zomer vers verkrijgbaar is. De Canaletto wordt op een gelijkaardige manier gemaakt, maar met frambozen. Een lekkere cocktail met een artistieke naam!

**BEREIDEN:** kneus de frambozen met de griessuiker in het mixglas tot het sap goed zichtbaar is. Doe er citroensap, suikerwater en ijs bij en voeg langzaam de prosecco toe.

**WERK AF:** roer alles langzaam door elkaar en zeef met een strainer in het champagneglas.

[HTTPS://WWW.CULINEA.NL/RECEPTEN/VALENTIJS-MOCKTAIL-MET-FRAMBOZEN/](https://www.culinea.nl/recepten/valentijns-mocktail-met-frambozen/)

### VALENTIJS MOCKTAIL MET FRAMBOZEN

Ingrediëntenijsblokjes

- 14 frambozen
- 1 fles tonic
- 2 el frambozensiroop
- 2 takjes verse munt



Doe een paar ijsblokjes in de glazen en verdeel de frambozen\* hierover. Schenk de glazen bijna vol met de tonic en doe op het laatst een eetlepel frambozen limonadesiroop erbij. Steek een takje munt in elk glas.

\* Frambozen zijn tegenwoordig vers verkrijgbaar in februari, ze zijn dan wel een stuk duurder dan in het seizoen. Je kunt ook heel goed frambozen uit de vriezer nemen, die zijn het hele jaar verkrijgbaar bij de supermarkten.

### **TWEE APERITIEFHAPJES**



Het ziet er leuk uit maar is ook gezond: tomatenhartjes! Snijd van twee snoeptomaatjes een schuin hoekje af en prik ze aan een prikkertje. Het prikkertje kun je dan eventueel nog versieren zodat deze op een pijl lijkt. Maar dit kan natuurlijk ook gemakkelijk met kleine knakworstjes en kaas.



### **VOORGERECHTJE: GEZONDE VALENTIJN CROSTINI**



#### **Ingrediënten**

5 sneetjes volkoren brood  
50 gr geitenkaas  
1 avocado  
10 cherrytomaatjes  
snuf zwarte peper  
snuf zeezout

#### **Bereiding**

Snijd het brood in een hartvorm. Toast het brood een paar minuten in een pan (zonder boter), in de oven of toaster krokant. Schil de avocado en verwijder de pit, prak het vruchtvlees fijn met een vork. Snijd de tomaatjes in vieren. Smeer elke toast in hartvorm met een laagje avocado en verdeel wat tomaatjes en geitenkaas er over. Bestrooi met een beetje peper en zout.



**HOOFDGERECHT: HARTVORMIG PIZZA**



**Ingrediënten:**

- 1 zakje gedroogde gist (ca. 7 gram),
- 400 gram (patent)bloem, of een mix van 300 gram bloem en 100 gram (fijne) griesmeel,
- 1 theelepel zout, 250 ml lauwwarm water en 2 eetlepels olijfolie.

**Extra:** bloem (voor uitrollen), mixer met deeghaken, pizza bakplaat of -steen

**Instructies:**

1. Roer de gist los in het lauwwarme water en zet 10 minuutjes apart om op te lossen. Meng het bloem en zout (in een kom). Maak een kuiltje in de bloem, en giet hier het watermengsel en de olijfolie bij. Meng het geheel met een mixer met deeghaken, of doe dit gewoon met de hand kneden.
2. Bestuif het aanrecht met wat gewone bloem en kneed hierop het pizzadeeg goed door: hou het deeg met één hand op de plaats, terwijl je met de andere hand het deeg van voren naar achter duwt, en dus uitrekt. Terwijl je het 'loslaat', draai je het deeg steeds een stukje met de 'vaste' hand. Zo kneed je als het ware het gehele deeg, en na minstens 5 minuten kneden, af en doe dubbelvouwen, en opnieuw kneden, krijg je zo een mooi soepel deeg.
3. Snij het pizzadeeg in 2 gelijke stukken, en vorm hier 2 ballen van. Doe de ballen in 2 kommen, en laat het deeg afgedekt met huishoudfolie, of een theedoek, minstens 30 minuten rijzen op een warme plek. De tussentijd kun je goed gebruiken om alvast zelf pizza-saus te gaan maken en toppings fijn te snijden.
4. Bestuif opnieuw het aanrecht met bloem en rol het pizzadeeg uit met een deegroller en plaats deze op een bakplaat, pizzabakplaat of pizzasteen.
5. Vervolgens beleg je de pizza met tomatensaus en toppings, en wordt de pizza in zo'n 12-16 minuten afgebakken in een voorverwarmde oven van 200 graden /180 hete lucht.

## **DESSERT: ZANDEEGKOEKJE MET GLAZUUR**



Met een uitsteekvormpje maak je namelijk heel eenvoudig hartjes, rondjes, vierkantjes of andere speelse figuren. De basis voor deze koekjes is een eenvoudig deeg genaamd zanddeeg. Een vrij standaard recept dat niet alleen voor zandkoekjes wordt gebruikt, maar bijvoorbeeld ook voor het bakken van appeltaart.

Werkelijk iedereen kan zich aan deze koekjes met glazuur wagen. Smullen zul je er zeker van!

### **Ingrediënten deeg:**

- 200 gram bloem en 1/4 theelepel zout,
- 100 gram (witte) basterdsuiker,
- 125 gram koude boter,
- 1 eierdooiers.

### **Ingrediënten koekjes glazuur:**

- 150 gram poedersuiker,
- 1/2 theelepel water,
- 5 frambozen,
- 5 bramen,
- eetbare strooisels en versiering.

### **Instructies**

1. Maak als eerste het basisrecept voor het zanddeeg klaar en laat 30 minuten rusten in de koelkast.
2. Verwarm de oven voor op 175 graden /160 hete lucht. Bekleed een bakplaat met bakpapier. Haal het deeg uit de koelkast en rol uit tot een lap van maximaal 5 mm dik.
3. Steek met een uitsteekvormpje de hartjes uit en leg deze op de bakplaat. We gebruiken uiteraard óók de restjes: dus vorm van de deegresten nogmaals een bal en rol opnieuw uit om nog meer vormpjes uit te steken. Bak hierna de koekjes mooi bruin in de voorverwarmde oven: dit duurt ongeveer 15-20 minuten. Laat ze hierna goed afkoelen.
4. Maak ondertussen het glazuur: Verdeel de poedersuiker over 3 kommetjes (50 gram per kom). Boven de eerste kom roer je het poedersuiker los met het water. Dit wordt wit glazuur. In de tweede kom wrijf je de frambozen door een bolzeef(je) en het sap roer je door het poedersuiker. Dit wordt roze glazuur.
5. En in het derde kommetje roer je de bramen door een zeefje. En met dit vrijgekomen frambozensap roer je ook weer een papje met de poedersuiker. Dit wordt paars glazuur.

6. Schep met een theelepel een beetje glazuur in het midden van de koekjes en strijk deze een beetje egaal uit met de bolle kant van de theelepel. Decoreer de koekjes met glazuur vervolgens met eetbare strooisels en versieringen. Daarna dient het glazuur enkel nog uit te harden / op te drogen op het aanrecht.