



# UNIT 3

## Voeding

## HOOFDSTUK 1

## Een maaltijd bereiden



Dit project werd gefinancierd met de steun van de Europese Commissie. De verantwoordelijkheid voor deze publicatie ligt uitsluitend bij de auteur; de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor het gebruik van de informatie die erin is vervat.

Projectnummer: 543336-LLP-1-2013-1-DE-KA2-KA2MP  
Agreement: 2013-4182/001 – 001





## 1 Oefeningen

Oefening 1 Luister naar de dialoog en omcirkel het juiste antwoord.

- Welke groenten doen de bewoners in de soep?
  - aardappelen, ajuinen en wortelen
  - ajünen, wortelen, aardappelen en prei
  - wortelen, prei, ajuinen, selder en aardappelen
- Waarvan moet meneer Vannieuwenhuysse altijd huilen?
  - van het schillen van ajuinen
  - van de herinnering aan de soep van zijn moeder
  - van het snijden van de groentjes
- Welke ingrediënten moeten er, naast de groentjes, nog aan de soep worden toegevoegd?
  - water en kruiden
  - water, peper en zout
  - water, bouillon en kruiden
- Welke kruiden doen de bewoners in de soep?
  - bladpeterselie, peper, zout en dragon
  - peper, zout, bladpeterselie en bieslook
  - bladpeterselie, peper en bieslook
- Wat is meneer Vannieuwenhuysse's lievelingssoep?
  - soep met balletjes
  - groentesoep
  - Juliennesoep



Oefening 2 Lees het recept voor witloof in de oven van kokkin Sofie Dumont aandachtig.

### Witloofrolletjes in de oven met kaassaus

#### Bereiding

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Schil de aardappelen. Stoof ze gaar.
- Was het witloof. Snij het voetje er af. Kleur aan met een klontje boter en kruid met peper, nootmuskaat en zout. Voeg wat water toe. Gaar 15 minuten onder een deksel.
- Maak de saus. We starten met de roux. Weeg 50 gram bloem af. Smelt 50 gram boter. Voeg in één keer de bloem toe. Roer droog tot het naar 'koekjes ruikt'.

- 5 Haal van het vuur en voeg een scheut melk toe. Roer tot alle klonters weg zijn. Zet terug op het vuur en voeg wat meer melk toe. Laat indikken en voeg eventueel nog wat melk toe.
- 6 Kruid met peper, zout en nootmuskaat. Meng de kaas onder de saus.
- 7 Laat het witloof goed uitlekken. Verwijder het zwoerd van de hesp.
- 8 Giet de aardappelen af. Meng zure room, peper en zout onder de aardappelen en stamp tot puree.
- 9 Rol het witloof in de hesp. Leg in een ovenschotel. Spuit de puree ernaast. Bedek het witloof met de saus. Strooi wat kaas op de saus.
- 10 Plaats in de voorverwarmde oven op 180 graden voor 25 à 30 minuten.
- 11 Haal uit de oven en serveer.

(Uit: koken.vtm.be)

Welke ingrediënten heb je nodig voor de bereiding van het witloof, de kaassaus en de puree? Plaats de woorden uit de volgende kader in de juiste kolom.

aardappelen – bloem – zout (3x) – boter (2x) – hesp – nootmuskaat (2x) – kaas – zure room – peper (3x) – melk – witloof

WITLOOF	KAASSAUS	PUREE
zout	bloem	aardappelen
boter	zout	zout
hesp	boter	zure room
nootmuskaat	nootmuskaat	peper
peper	kaas	
witloof	peper	
	melk	



Oefening 3.1 De (soep)groenten.

Wat zie je? Plaats de woorden uit de volgende kader bij het juiste prentje.

de prei – de ajuinen – de aardappelen – de wortelen – de selder – het witloof



..... de aardappelen .....



..... de ajuinen .....



..... de wortelen .....



..... de prei .....



..... het witloof .....



..... de selder .....



Oefening 3.2 Het keukenmateriaal.

Wat zie je? Plaats de woorden uit de volgende kader bij het juiste nummer in de kolom op de volgende pagina.

de houten lepel – de oven – de pot – het mes – de pan



1



2



3



4



5

KEUKENMATERIAAL	HANDELING
1 ..... <b>het mes</b> .....	..... <b>snijden en schillen</b> .....
2 ..... <b>de houten lepel</b> .....	..... <b>roeren</b> .....
3 ..... <b>de pan</b> .....	..... <b>bakken en braden</b> .....
4 ..... <b>de pot</b> .....	..... <b>stoven en koken</b> .....
5 ..... <b>de oven</b> .....	..... <b>voorverwarmen</b> .....

Welke handeling verricht je met welk keukenmateriaal? Maak juiste combinaties door de woorden uit de volgende kader in de juiste kolom hierboven te plaatsen.

voorverwarmen – snijden en schillen – stoven en koken – roeren – bakken en braden



Oefening 4.1 Het gebruik van artikels.

HET ARTIKEL	SINGULARIS	PLURALIS
	INDEFINIET	de-woorden: <b>een</b> → <i>een vrouw</i>
	het-woorden: <b>een</b> → <i>een dak</i>	het-woorden: / → <i>daken</i>
DEFINIET	de-woorden: <b>de</b> → <i>de vrouw</i>	de-woorden: <b>de</b> → <i>de vrouwen</i>
	het-woorden: <b>het</b> → <i>het dak</i>	het-woorden: <b>de</b> → <i>de daken</i>

Het Nederlands heeft twee artikels: DE voor mannelijke en vrouwelijke woorden en HET voor onzijdige woorden.

De volgende woorden zijn meestal **DE**-woorden:

- **pluralis**: alle substantieven!
- woorden voor **vruchten**, **bomen** en **planten**: *peer, kastanje, eik, tulp*
- namen van cijfers en **letters**: *negen, b, sjwa*
- de meeste woorden die **personen** aanduiden: *bewaker, slager, bloemist*

De volgende woorden zijn meestal **HET**- woorden:

- **verkleinwoorden**: *huisje, tuintje, potje*
- namen van **talen**: *Engels, Koreaans*
- namen van **landen** en **plaatsen**: *het toenmalige Duitsland, het dichtbevolkte Parijs*
- namen van **sporten** en **spellen**: *voetbal, domino, bingo*

Let op: er zijn ook uitzonderingen!

De of het? Plaats de woorden uit de volgende kader in de juiste kolom.

lepel – groenten – witloof – aardappelen – zout – bouillon – ajuin – peterselie – mes – peper

DE	HET
lepel	witloof
groenten	zout
aardappelen	mes
bouillon	
ajuin	
peterselie	
peper	

Het artikel ontbreekt. Vul aan met 'de', 'het', 'een' of '/' met behulp van de info tussen haakjes.

- 1 (definiet, singularis) Verwarm .....**de**..... oven voor op 180 graden.
- 2 (indefiniet, pluralis) Dit is een voorbeeld van een typisch Belgisch gerecht:  
.....**/**..... witloofrolletjes in de oven met kaassaus.
- 3 (definiet, singularis) Rol .....**het**..... witloof in .....**de**..... hesp.
- 4 (indefiniet, singularis) Kleur aan met .....**een**..... klontje boter.
- 5 (definiet, pluralis) Schil .....**de**..... aardappelen.

Oefening 4.2 Het gebruik van de imperatief.

**IMPERATIEF**

GEBRUIK	VORM	VOORBEELD
Je gebruikt de imperatief om een <b>bevel</b> of een <b>instructie</b> te geven.	De <b>stam</b> van het verbum (invariabel bij singularis en pluralis).	<u>Luister naar wat ik zeg!</u> <u>Sta eens op!</u>

Geef instructies voor de bereiding van een gerecht. Gebruik de imperatief. Kies telkens een gepast werkwoord uit de kader.

Voorbeeld: (kuisen) ..... de groenten. → *Kuis de groenten.*

toevoegen – snipperen – eten – snijden – bakken – roeren – koken – schillen – stoven – stampen

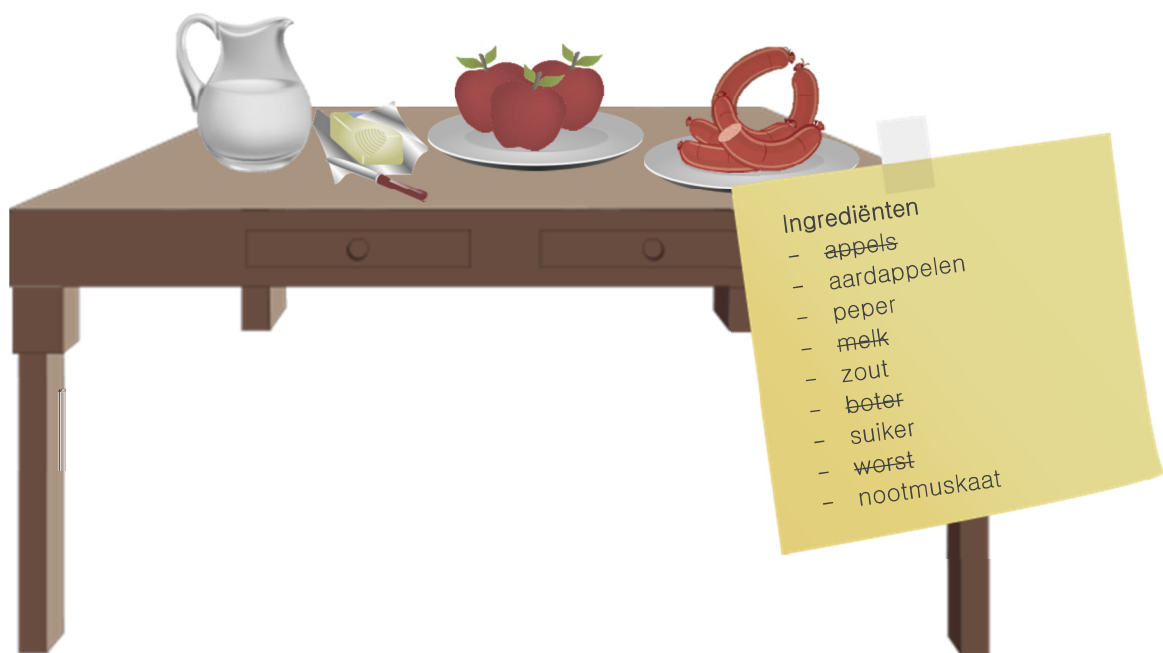
- 1 .....*Schil*..... eerst de aardappelen.
- 2 .....*Snijd*..... ze vervolgens in stukjes.
- 3 .....*Kook*..... ze dan gaar in water en giet ze af.
- 4 .....*Voeg*..... melk, boter, peper en zout .....*toe*.....
- 5 .....*Stamp*..... de aardappelen tenslotte tot puree.
- 6 .....*Snipper*..... de ajuin en fruit hem in een pan.
- 7 .....*Bak*..... de worst bruin in een pan.
- 8 .....*Stoof*..... de groenten in een pot op het vuur.
- 9 .....*Roer*..... af en toe in de pot zodat de groenten niet aanbranden. Haal ze van het vuur als ze gaar zijn.
- 10 .....*Eet*..... smakelijk!



Oefening 5      Het boodschappenlijstje.

Situatie: Je werkt in een woonzorgcentrum en je gaat vandaag samen koken met de bewoners. Ze willen worst met appelmoes en puree eten. Je hebt een lijst met ingrediënten. Op de tafel staan de producten die je al hebt.

Welke producten moet je nog kopen? Doorstreep de ingrediënten die je al hebt en stel vervolgens een boodschappenlijstje samen.



Boodschappenlijstje:    ..aardappelen – peper – zout – suiker – nootmuskaat.....

TIP: Zie Unit 5 Hoofdstuk 1.





Oefening 6      Rollenspel. Wat lust jij?

Situatie: Je bent zorgkundige in een woonzorgcentrum en je praat met bewoonster Maria over typisch Belgische gerechten. Laat je buur de vragen stellen en antwoord met één van de mogelijkheden of vul zelf aan.



Worst met appelmoes en puree



Juliennesoep



Witloof in de oven

(Uit: koken.vtm.be)

- 1 Heb jij al eens witloof in de oven gegeten? Vond je het lekker?
  - a Ja, ik heb al eens witloof in de oven gegeten. Ik vond het niet lekker.
  - b Nee, ik heb nog nooit witloof in de oven gegeten.
  - c Ja, ik heb al eens witloof in de oven gegeten. Ik vond het lekker.

- 2 Heb jij al eens Juliennesoep klaargemaakt? Welke ingrediënten gebruikte je?

Ja, ik heb al eens Juliennesoep klaargemaakt. Ik gebruikte (ingrediënten)

.....  
 .....

- 3 Wat is jouw lievelingsgerecht?

.....

- 4 Welk Belgisch gerecht lust je niet?

- a worst met appelmoes en puree
- b witloof in de oven
- c Juliennesoep

d .....

TIP: Kijk ook naar het hoofdstuk 'Belgische gewoonten' in de Interculturele Unit.

## 2 Eindtest

Vul de gaten in het recept in. Gebruik woorden uit dit hoofdstuk, vul een artikel in (waar nodig) of gebruik de imperatief.

- 1 .....Schil..... de aardappelen, verwijder .....het..... klokhuis en snij ze in ...../.....  
stukken.
- 2 Doe de stukjes in .....een..... pot. Voeg een glas water en een eetlepel boter toe.
- 3 Gaar onder een deksel op een laag vuurtje. ....Roer..... af en toe in .....de..... pot.
- 4 .....Let..... op dat het niet aanbakt. Plet grof of fijn tot appelmoes.
- 5 Plet grof of fijn tot ...../..... appelmoes.

(Uit: koken.vtm.be)