

2024 #3

SERVED

Verbinding

**Hollandse
smaakmaker**

Verras met
aardbeien

**De kracht van
verbinding**

Van moestuin tot
mocktails

 Bidfood

Served is een uitgave van Bidfood en verschijnt vier keer per jaar. Served loopt vanaf juli 2024.

Concept en realisatie
Han Snel, Utrecht

Redactie
Jeroen Jansen Journalistiek, Yvette van der Meer en Ingeborg Prins

Redactionele begeleiding
Julia Alexandrou, Anouk Genders, Floor Hupkens (Bidfood) en Rowi Arnold (Han Snel)

Fotografie
Fotostudio Casper Lourens, Jeroen Jansen en Yvette van der Meer

Art Direction
Arthur Hermans (Han Snel)

Vormgeving
Ariëla de Boom (Han Snel)

DTP-Opmaak
Han Snel

PREPRESS
Nefii

Met medewerking van
Kenny van Dijk
Frank Broenink (Bidfood)

Redactieadres
Han Snel, Keizerstraat 31,
3512 EA Utrecht
(030) 230 70 50
served@bidfood.nl

De Biosiel® waarin deze Served verzonden is, is gemaakt van 100% papier, volledig recyclebaar en FSC® gecertificeerd. Er is gebruik gemaakt van ultradun papier waardoor er minder materiaalgebruik plaatsvindt.

Niets uit deze uitgave mag op enigerlei wijze worden gereproduceerd of vermenigvuldigd zonder voorafgaande toestemming van de afzender. Druk- en zetfouten voorbehouden.

Legenda



Bereidingstijd



Wachttijd



Gemiddelde kostprijs

FSC-producten in deze uitgave zijn te herkennen aan het FSC-logo.



SERVED ONLINE

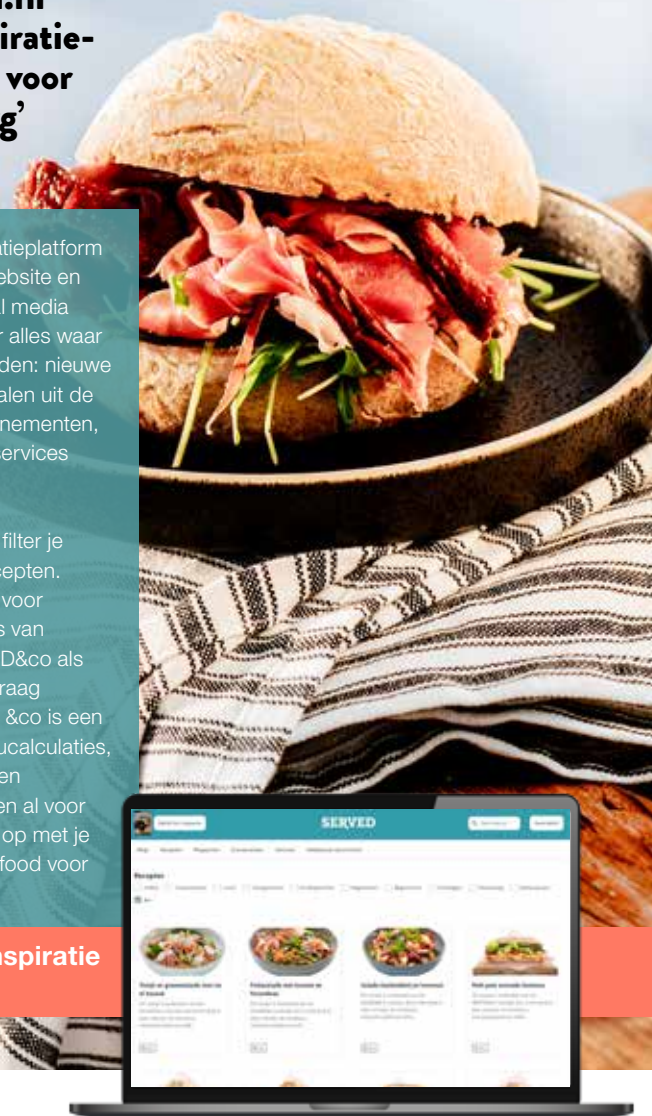
‘Served.nl is ons inspiratieplatform voor de zorg’

Served.nl is ons inspiratieplatform voor de zorg. Via de website en onze pagina's op social media communiceren wij over alles waar we ons mee bezig houden: nieuwe recepten/menu's, verhalen uit de zorg, keukenpraat, evenementen, sessies bij klanten en services van onze partners.

Op de receptenpagina filter je eenvoudig op 'eco' recepten. Bestel de ingrediënten voor de salades en broodjes van SALADE&co en BROOD&co als je wilt inspelen op de vraag naar gezonde lunches. &co is een totaalconcept: de menucalculaties, advies-verkoopprizen en promotiemateriaal liggen al voor je klaar. Neem contact op met je contactpersoon bij Bidfood voor meer info!

Kijk voor meer inspiratie op Served.nl

Served is ook online actief. Op served.nl vind je onze recepten-databank en via social media blijf je op de hoogte van inspirerende verhalen en tips uit onze blog op de website.



Verbinding

Het is zomer! Een geliefd seizoen dat zich kenmerkt door fris- en vrolijkheid. Het stralende zomer gevoel hangt in de lucht en dit merken we aan alles om ons heen. Aan het lekkere weer buiten, maar ook aan 'mooi weer' bij bewoners, cliënten, patiënten en het personeel in de zorg. Maar dit seizoen kenmerkt zich ook als een periode van extra drukte, door vakanties en meer sociale activiteiten waar

sferen lieten culinaire adviseurs Frank en Kenny zich inspireren door vakantiebestemmingen en daarom presenteren zij in het weekmenu zeven zomerse gerechten.

In deze editie laten we zien hoe krachtig de verbinding opzoeken in de zorg kan zijn. Bij Promen pronkt 's zomers de mocktailkaart op tafel, om de verbinding tussen cliënten

kracht van verbinding ook in ons eigen team: Kasper en zijn team leveren veel creativiteit door de verbindende rol die zij vervullen.

Vanuit Served wens ik iedereen een prachtige zomer. Hopelijk inspireren onze verhalen en recepten je tot het opzoeken van de verbinding. Samen streven we naar blijvend 'mooi weer' op het werk en in het dagelijkse leven.

Julia Alexandrou
Namens de Served redactie



‘In deze editie laten we zien hoe krachtig de verbinding opzoeken in de zorg kan zijn’

je bij wilt zijn. De key van een serene zomer is in verbinding blijven met elkaar.

Zonder er bij na te denken, zoeken we al continu de verbinding op tijdens de zomermaanden. We gaan er samen op uit, we ontmoeten elkaar aan de picknicktafel of op het strand, na het werk bespreken we de dag op het terras of we vergaderen even buiten. Want er ontstaan altijd fijne gesprekken buiten in het zonnetje. In deze zomerse

en bezoekers te versterken. Bij lunchroom en atelier 'Bij van alles 'n bietje', die ook dient als leer-werkplek voor medewerkers met een eigen leerlijn, kan je ook terecht voor een kop koffie. De opleiding Koninklijke Visio daagt scholieren met visuele beperkingen uit om hun droom te volgen en met behulp van digitale tools te leren koken. Een behoorlijke uitdaging maar een prachtige ontwikkeling door het inzetten van nieuwe technologieën. We zien de

VERRAS MET GYOZA

**‘Serveer de smaak van
het Verre Oosten met de
gyoza’s van Akari’**

Neem jouw gasten en cliënten mee naar Japan en trakteer ze op de nieuwe gyoza’s van Akari. Dit gevulde deeghapje is de perfecte snack en side-dish; verrassend, lekker en gezond!

Gyoza's (Japanse dumplings) zijn razend populair. Deze deegpakketjes zijn traditioneel gevuld met groenten, waar eventueel nog vlees of vis aan toegevoegd wordt. Akari is het Japanse huismerk van Bidfood en biedt zowel gyoza's met kip, als (alleen) met groenten. Deze kun je op diverse manieren bereiden: gebakken in de friteuse, oven of airfryer, gestoomd in een mandje of koekenpan, of gekookt in water. In alle gevallen zet je de lekkerste dumplings op tafel, óf met kip óf volledig plantaardig. Serveer ze als verrassend tussendoortje of als bijgerecht bij een rijstmaaltijd, met wat soja- of chilisaus (of gember en rijstazijn) voor een extra smaakdimensie!

AKARI

Gyoza kip 🌱

Zak 30 x 20 gram | Art. nr. 153323

Gyoza groenten 🌱

Zak 30 x 20 gram | Art. nr. 153322

Bekijk het hele assortiment van Akari op [Bidfood.nl](https://www.bidfood.nl)



Op ons menu



08 Aan tafel met:
Koninklijke Visio
Een toekomst voor blinde en slechtziende kinderen

'Deze kinderen hebben een enorme drive op hun plek op te eisen'

Met smaak getipt
Creatief met aardbeien

19/39/55



26

Nu op z'n lekkerst

Aardbeien: de zomer op het bord



28

De verbindende factor

De Wattering: gezond van eigen grond



40

Waar halen we het vandaan
Aardbeien uit Brabant

56

Het nieuwste van het nieuwste
Pure smaken voor puur genieten



36

Season Special
Zomerse aanbiedingen



14

Kok in de kijker
Smaakmakers pur sang



Lekker lokaal
Brabant op het bord

44

'Lekkere twist aan Brabantse streekgerechten'



Oog voor non-food
Papier om te poetsen

20

12
Achter de schermen
De creativiteit van Kasper

22
Wat zegt de expert
'Plantaardig inspirator'
Lotte Vermeer

25
Uit het veld
IJzersterk ijs

33
Wil-je-weetjes
Served in een notendop

34
Bron van kennis
Verbinden vanuit ons hart

42
Buitengewone verhalen I
Promen: voor talent, tegen waste

50
Reportage
Bidfood draait plaatjes

58
De ongekende keuken
Kijkje in De Kloosterkeuken

62
Weekmenu
Op reis langs geuren en smaken



64

Buitengewone verhalen II
Mocktails maken met Bidfood

ZICHT OP EEN TOEKOMST

Voor blinde en slechthziende leerlingen slaat Koninklijke Visio de brug naar de maatschappij. De school draagt bij aan hun persoonlijke ontwikkeling en biedt voldoende perspectieven op een vervolgopleiding of baan, bijvoorbeeld in de (zorg)horeca. In gesprek met André Vurens, docent Dienstverlening & Producten.

'Deze kinderen hebben een enorme drive'

Deze kinderen willen niet onderdoen voor leeftijdsgenoten zonder visuele beperking; dit maakt ze tot extra gemotiveerde medewerkers



Visio geeft speciaal onderwijs aan blinde en slechtziende kinderen. De leerlingen zijn (nog) niet in staat om deel te nemen aan het regulier onderwijs, in klassen met leeftijdsgenoten zonder beperking. Visio biedt ondersteuning in kleine klassen, met aangepaste lesprogramma's en tools die bijdragen aan hun zelfredzaamheid. Alles wat nodig is om ze voor te bereiden op een toekomst in de samenleving. Zelfbewust en autonoom, met dezelfde kansen op een vervolgopleiding of baan als ieder ander persoon.

EXTRA BEGELEIDING

Visio beschikt over vijf onderwijslocaties in Nederland en biedt daarnaast ambulante begeleiding aan leerlingen (en leerkrachten) binnen het regulier onderwijs. "Veel blinde en slechtziende kinderen zijn goed in staat om naar een reguliere school te gaan", vertelt André. "In hun eigen stad of wijk, midden in de maatschappij. Wij helpen die scholen bij het lesgeven aan leerlingen met een visuele beperking. Toch hebben sommige kinderen

extra begeleiding nodig." De Visio school in Grave voorziet in basis- en voortgezet onderwijs. Op diverse niveaus, zoals Havo en VMBO. Sommige kinderen en jongvolwassenen komen van ver en verblijven doordeweeks op de woongroep naast de school.

IN WELKE BRANCHES KOMEN JULLIE LEERLINGEN HET VAAKST TERECHT?

"Dan heb je het bijvoorbeeld over de juridische en administratieve wereld, plus het sociaal werkveld en de ict. Ook in de horeca, detailhandel en dienstverlenende sector werken steeds meer mensen met een visuele beperking. Daar is best veel mogelijk. Kijk naar Center Parcs, een van onze grootste stagepartners. Die bieden verschillende disciplines, van horeca tot front office en technische dienst. Onze leerlingen kunnen vrijwel overal terecht. Uiteraard hopen we dat zo veel mogelijk bedrijven ervoor open staan om een stageplaats aan te bieden, zodat onze leerlingen zich goed kunnen oriënteren op hun toekomst en vervolgopleiding."

IS DE ZORG DAAR OOK NIET VOOR GESCHIKT?

"Jazeker. Bijvoorbeeld in de facilitaire dienstverlening of activiteitenbegeleiding. Ook de horeca in de zorg is een geschikte werkplek, misschien nog wel méér dan de reguliere horeca. De werkdruk in commerciële horeca is doorgaans hoger; dat maakt het wellicht wat stressvoller. Hoewel iemand die goed is ingewerkt met wat kleine aanpassingen prima kan meedraaien."

IS HET MET EEN VISUELE BEPERKING NIET MOEILIK OM ETEN TE BEREIDEN?

"Daar zijn dus die aanpassingen voor; hulpmiddelen waarmee je prima een maaltijd

kunt bereiden. Onze leerlingen krijgen twee uur per week les in de keuken. Dat is standaard voor VMBO-leerlingen, deels om zich voor te bereiden op een zelfredzaam leven. Daarnaast hebben we keuzevakken als Voeding & Beweging en Catering & Inrichting. Die spelen zich bijna volledig in de keuken af. Onze leerlingen draaien dan verplicht een maaltijdservice, of ze verzorgen de catering voor opdrachtgevers in de buurt. Zoals bedrijven die hier komen vergaderen. Deze leerlingen kunnen prima groenten snijden, porties afwegen, bakken en koken. Bijvoorbeeld met een pratende weegschaal of thermometer. Of met een pan pickle voor het inductiefornuis; een siliconen rand die je om de hittebron plaatst, als afbakening voor de pan. Er is ook een app, 'Be my Eyes'. Als je daarmee een foto maakt, vertelt de app precies wat er op de foto staat. Met 'AI' wordt er nog veel meer mogelijk, daar ben ik van overtuigd. Alle hulpmiddelen tezamen zijn één van de 'vijf compenserende vaardigheden'. Met deze vaardigheden kun je je visuele beperking compenseren."

WAT ZIJN DE ANDERE VIER?

"Dat zijn Systematisch werken, Gebruik van alle zintuigen, Contrast en verlichting en Vergroting. Onder 'Systematisch werken' valt bijvoorbeeld de inrichting van een snijplek, met linksboven een bakje voor de snijresten en rechts een bakje voor de gesneden groenten. En als je weet dat het mes altijd rechts op de plank ligt, grijp je nooit mis. Binnen de horeca in de zorg en begeleide horeca zijn dit meestal de vaste regels. Onder 'Vergroting' valt weer het uitvergroten van recepten, onder 'Contrast' het plaatsen van witte teksten op een zwarte achtergrond, zodat ze beter zichtbaar worden. Er zijn ook

leerlingen die relatief goed zien en met wat kleine aanpassingen én de tijd om te groeien, volwaardig kunnen meedraaien."

WAT HEBBEN DEZE LEERLINGEN NOG MEER MET ELKAAR GEMEEN?

"Hun veerkracht. Als je niet of nauwelijks ziet, loop je letterlijk en figuurlijk tegen deuren aan. Dat kan vreselijk frustrerend zijn. Toch laten deze kinderen zich niet uit het lood slaan. Ze blijven positief en hebben een enorme drive om hun plek in de maatschappij op te eisen. Ze willen niet onderdoen voor leeftijdsgenoten zonder visuele beperking; dit maakt ze tot extra gemotiveerde medewerkers."

'PRECIES WAT IK ZOCHT'

André Vurens studeerde Toerisme, deed de Hotelschool en werkte voor diverse horecabedrijven. Bij zijn vorige werkgever was hij ook stagebegeleider. "Dat vond ik zó leuk, dat ik besloot om een lerarenopleiding te volgen", vertelt hij. "Om fulltime leerlingen te kunnen begeleiden. Eén van mijn specialisaties was speciaal onderwijs. Ik liep toen stage bij Visio en ben eigenlijk nooit meer weggegaan. Dit was precies wat ik zocht!"

Van alles een beetje weten

'Als Proposal Manager ben je gespecialiseerd in 'van alles een beetje weten'. Dat maakt ons werk leuk en divers'

Senior Proposal Manager Kasper van Donkersgoed is een echte teamspeler. Vooral in zijn werk, want sporten doet hij tegenwoordig alleen. Je herkent hem aan zijn favoriete sneakers; de Nike Air Max 1. Eén paar heeft hij zelf ontworpen, met dezelfde creativiteit die hij ook gebruikt in zijn werk.

Bidfood doet jaarlijks mee aan zo'n veertig aanbestedingen in de zorg en bij national accounts. Aan Kasper en zijn twee collega-managers de taak om een kansrijke offerte te schrijven. Dan is het aan de klant of prospect om die offerte te beoordelen. Kasper werkt al zes jaar voor Bidfood. Hiervóór was hij Proposal Manager bij Douwe Egberts. Hij weet dus alles over tenders en aanbestedingen, zoals het verschil tussen beide. Kasper: "Een aanbesteding wordt uitgeschreven door publieksrechtelijke instellingen, na afloop van hun contract. Zorgorganisaties kunnen hun contract continu verlengen, met uitzondering van de UMC's. Sommigen schrijven echter een 'tender' uit. Want voldoet de huidige leverancier nog wel? Van de transitie naar (de)centraal koken tot een nieuw horecaconcept; er zijn vele redenen om eens verder te kijken."

VERBINDING MET KLANTEN EN COLLEGA'S

Bij het maken van een offerte gaan Kasper en zijn team zo creatief mogelijk te werk. Zijn Bidfood-collega's voorzien hem van alle benodigde informatie. Kasper: "Daarnaast zit ik in de Kenniskring Aanbesteden, met collega's van andere bedrijven. Samen willen we het hele aanbestedingsproces beter maken voor iedereen. Onder andere door ons sterk te maken voor een opleiding. Het voorlopige resultaat

is een keuzemodule voor studenten van de Hogeschool Utrecht. Die doorlopen binnen acht weken een compleet aanbestedingstraject." Tenslotte zoekt Kasper ook de verbinding met de zorg, door klanten en prospects te helpen bij hun tender of aanbesteding. Bijvoorbeeld: hoe halen zij het maximale resultaat? Kasper: "Dit is onze specialiteit, dus we kunnen daar best een adviserende rol in spelen. Om het voor iedereen leuker en beter te maken."

UNIEKE SNEAKERS

Kasper is geboren en getogen in Woerden. Dit is zijn stad, "met de gemoedelijkheid van een dorp". Hier heeft hij jarenlang gevoetbald, bij Sportlust '46. Nu 'bezoekt' hij de thuisgym en maakt hij vele fietskilometers in 't Groene Hart. Kaspers sportieve hart blijkt ook uit de keuze voor zijn schoeisel. "Ik loop eigenlijk altijd op Nike Air Max 1", lacht hij. "Omdat die lekker zitten én er geweldig uitziet. Ik heb er nu twaalf, waaronder mijn zelfontworpen sneakers. Dat kan bij Nike, binnen de mogelijkheden die er zijn. In dit geval heb ik een aantal verwijzingen naar mijn sterrenbeeld op de schoen laten zetten; van het teken voor boogschutter tot de Latijnse naam Sagittarius. Mooier dan dit wordt het niet."

ALLES VOOR DE SMAAK

CHEF-KOK MICHAEL VAN 'T HOFF EN HARM-JAN BAKKER ZIJN DE BEDENKERS VAN DE SMAAKPUPIL APP. SAMEN WERKTEN ZE AAN DE APP DIE HONDERDDUIZENDEN GEBRUIKERS WEER MOET LATEN GENIETEN VAN HUN MAALTIJD. IN SOMMIGE GEVALLEN LEIDT DIT TOT UITZONDERLIJKE COMBINATIES, ZOALS YOGHURT MET KAPPERTJES.

“

Met de Smaakpupil app kan iederéén geholpen worden

”





Michael heeft veel om trots op te zijn. Hij volgde de Sterklas van het Gilde van Meesterkokken en werkte voor diverse sterrenrestaurants. Later werd hij eerste kok in het Ikazia Ziekenhuis in Rotterdam. Daar deed hij smaaktests bij oncologische patiënten. Tegenwoordig is hij de chef-kok van restaurant Bij de Burgemeester in Bleskensgraaf. Het restaurant heeft net een keurmerk gekregen, van patiëntenvereniging Reuksmaakstoornis.nl. Als waardering voor de aandacht die Michael geeft aan de smaakbeleving van zijn gasten. Trots is Michael ook op de Smaakpupil app die hij ontwikkelde met Harm-Jan Bakker, CEO van creatief digitaal bureau Doordacht. De app is Michaels kindje, zijn pupil, en legt de verbinding tussen patiënt, partner en zorgprofessional. “Als kok help ik mensen om méér van hun maaltijd te genieten”, vertelt hij. “In ons restaurant gaan we in gesprek met de gasten, om het menu zo goed mogelijk af te stemmen op hun voorkeuren. Daarnaast praten we met (ex-)patiënten en nemen we smaaktests af. Vervolgens geven

“
De app telt
zo’n zeventig
smaakmakers;
van augurk
tot gember en
citroengras.
Ingrediënten
die de
smaakpapillen
‘triggeren’
met een
combinatie
van smaak en
structuur.”

”

we adviezen voor thuis, ook aan hun partners. Bijvoorbeeld het advies dat je met verschillende structuren en smaakprikkelers een gerecht lekkerder kan maken. Maar als kok kun je slechts een beperkt aantal mensen adviseren. Vandaar dat ik destijds het initiatief heb genomen tot de Smaakpupil app. Zodat iederéén geholpen kan worden.”

Iets terugdoen

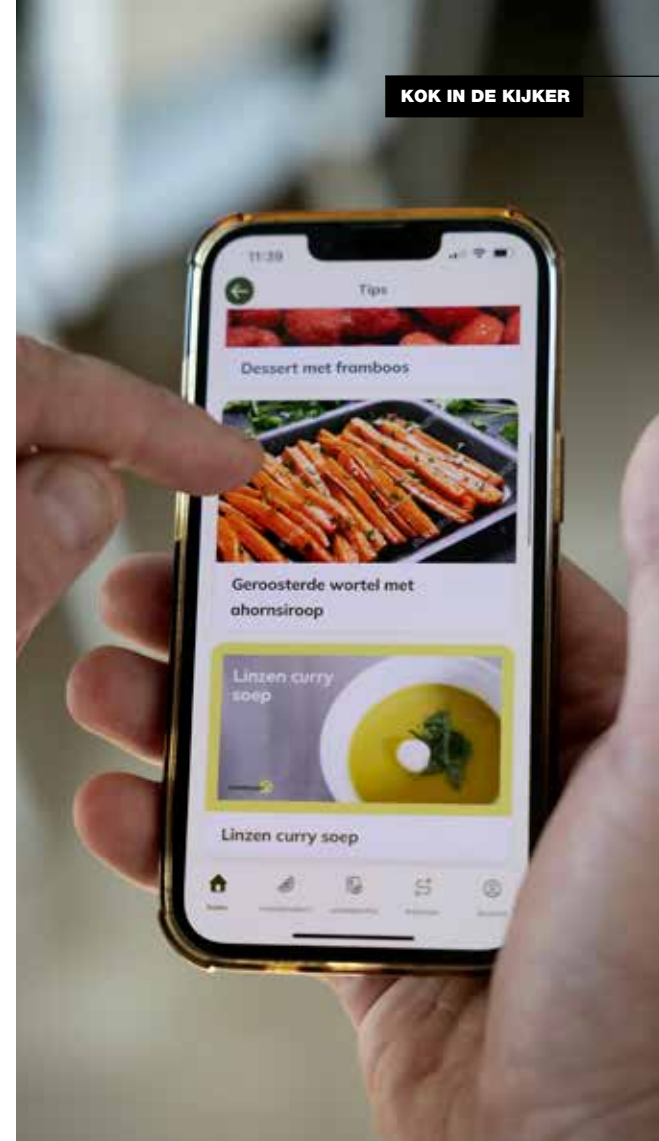
Michael heeft geleerd van de mensen bij wie hij jarenlang tests afnam. Over hoe smaak werkt en wat ervoor nodig is om de smaakpapillen te prikkelen. Nu wil hij met Harm-Jan iets terugdoen, voor de honderdduizenden Nederlanders die te weinig smaak ervaren. Omdat ze bijvoorbeeld oncologisch patiënt zijn en een chemokuur moeten ondergaan. “Juist voor hen is het zo belangrijk om goed te eten”, zegt hij. “Maar als het eten jou niet smaakt, wil je gewoon niet eten.” De Smaakpupil app wordt breed gedragen door de zorg. Zo startte UMC Groningen in mei het TASTY onderzoek naar de bijdrage van smaakbeleving (én de app) aan het herstel van de patiënt.

Steeds beter advies

De Smaakpupil app verzamelt alle gebruikersdata, uiteraard anoniem. Inclusief de raarste combinaties, zoals yoghurt met kappertjes. Plus de ervaringen van gebruikers. Zo leert de app om gaandeweg een steeds beter advies te geven. Niet alleen aan de patiënt, maar ook aan diens partner. “Of aan de diëtist”, zegt Michael. “Negentig procent van de gebruikers is onder behandeling van de diëtist. Als die inzicht krijgt in jouw smaakvoorkeuren, kan het herstelproces versneld worden. Heel simpel gesteld: heb je extra eiwitten of koolhydraten nodig, dan kijkt de diëtist naar de gerechten/ combinaties die jou het beste bevallen, plus voorzien in de juiste voedingsstoffen. En waarmee je kunt genieten van vers en lekker eten, want dat wil toch iedereen?”

‘Gewone’ maaltijden

Is Michael de man van de kennis en ervaring, dan is Harm-Jan die van de digitalisering. “De app telt zo’n zeventig smaakmakers”, vertelt hij. “Van augurk tot gember en citroengras; ingrediënten die de smaakpapillen ‘triggeren’ met een combinatie van smaak en structuur. Binnen enkele weken leer je met jouw favoriete smaakmakers een ‘gewone’ maaltijd te verrijken. Een maaltijd die je gewend bent om te eten, zoals gehakt of boerenkool. We vragen iemand niet om van menu te veranderen. Wél om smaakmakers uit te proberen, in combinatie met jouw lievelingsgerechten. Welke dat zijn, hangt af van je ziektebeeld, gesteldheid, diëten en



voorkeuren. Mag je bijvoorbeeld wel of niet pittig eten, en verdraag je krokante ingrediënten? Plus: ben je een zoetekauw of houd je meer van hartig? We vragen je ook om tests te doen, zoals een geurtest. In hoeverre ruik je chocolade of citroen? Hierna brengen we alles in kaart; geur, prikkeling en structuur. Vervolgens word je geacht om twintig maaltijden te fotograferen, bijvoorbeeld één per dag. De app herkent de maaltijd en adviseert op basis van jouw tests en antwoorden enkele smaakmakers.”

De Smaakpupil app is te downloaden via de App Store en Google Play.

VOLKOREN- BROOD, DAAR ZIT WAT IN!

Niet voor niets staat volkorenbrood in de Schijf van Vijf. Al met drie boterhammen per dag verlaag je het risico op hart- en vaatziekten, diabetes type 2 en darmkanker. Ook de rijke graansmaak nodigt uit om 'vol voor volkoren' te gaan.



Steeds meer mensen kiezen voor gezonde én lekkere voeding. Wat dat betreft gaat er weinig boven volkorenbrood. Dit brood wordt gemaakt van volledig gemalen graankorrels, inclusief kiem en zemel. In tegenstelling tot bijvoorbeeld witbrood, waarbij alleen het meellichaam wordt gebruikt. De volledige graankorrel zorgt voor een rijkdom aan voedingsstoffen, zoals B-vitamines, ijzer, magnesium en selenium. Daarnaast bevat volkorenbrood de meeste vezels, wat goed is voor de spijsvertering. Over de smaak kunnen we kort zijn: die is door het gebruik van de hele korrel extra vol en rijk. Plus: omdat er niets van het graan verspild wordt, is dit brood ook nog eens hartstikke duurzaam!

**'Het meest gezonde
brood, rijk aan
smaak, vezels en
voedingsstoffen!'**

Bekijk het hele assortiment van Top Bakkers op [Bidfood.nl](https://www.bidfood.nl)



KIPKARBONADE MET KRUIDENSLA EN AARDBEI

ZOET EN HARTIG

MET SMAAK GETIPT I



90 min



7,16

Een in de oven gegaarde kipkarbonade met citroen, dragon en venkelzaad, legt de basis voor dit heerlijke zomergerecht. Voeg daar een salade van jonge bladgroenten, aardbeien, licht gezouten macadamianoten én munt aan toe voor de ultieme combinatie van zoet en hartig.



SCAN DE QR-CODE
VOOR DE COMPLETE
GERECHTEN EN
BEREIDINGSWIJZE



Papier hier

Keuken- of poetspapier is niet het meest spannende product, maar wel essentieel. Een gemiddelde zorgkeuken verbruikt jaarlijks tientallen papierrollen, voor het schoonhouden van werkbladen, handen en meer.

Bidfood biedt diverse soorten papier aan, zoals 1- of 2-laags mini- en midirollen. Poetspapier dat uit één laag bestaat is ideaal voor het drogen van de handen en alledaagse poetstaken; 2-laags papier leent zich het beste voor gemorste vloeistoffen en het wegpoetsen van hardnekkig vuil. Met zijn sterke absorptievermogen is 2-laags papier favoriet in de zorg(keuken), waar hygiëne een groot goed is.

OOG VOOR NON-FOOD

GERECYCLED PAPIER

Veel keukens, instellingen en restaurants gebruiken een dispenser als behuizing voor een papierrol. De meest voorkomende maten zijn mini (M1) en midi (M2). Een mini-rol/dispenser is ideaal voor kleine (werk) ruimtes met een lage doorstroom. Midi-rollen zijn iets groter en geschikt voor drukke locaties met een hoge doorstroom, zoals het restaurant. Goed om te weten: keukenpapier met een EU Ecolabel is gemaakt van 100 procent gerecycled papier(pulp). Op Bidfood.nl herken je de meest duurzame papierrollen aan het groene 'duurzaam verantwoord' vinkje bij de foto.

Bekijk het
hele assortiment
keukenpapier op
Bidfood.nl

‘Laat een gehaktbal een gehaktbal zijn’



Foto: Duco de Vries



Foto: Duco de Vries

LOTTE VERMEER WERKT ALS KOK, RECEPTONTWIKKELAAR EN ‘PLANTAARDIG INSPIRATOR’. IN 2021 WON ZE DE ‘NEW GENERATION PLANT-BASED CHEF’ VERKIEZING, EEN JAAR LATER SCHREEF ZE ‘LOTS OF VEGA’. MET HAAR RECEPTEN WIL ZE OOK DE ZORG INSPIREREN. “WE NEMEN NIETS AF, MAAR VOEGEN IETS TOE.”

Wat heb jij met de zorg?

“Ik heb gezondheidswetenschappen gestudeerd en werkte na mijn studie als organisatieadviseur in de zorg. In 2023 werd ik gebeld door een oud-collega, die nu voor een revalidatiecentrum werkt. Zij vertelde me over de Green Deal 3.0 en de uitdaging om een plantaardiger menu te serveren. Ik heb toen drie inspiratiesessies gegeven, voor de medewerkers in de keuken, om ze mee te nemen in de basis van de plantaardige keuken.”

Wat is eigenlijk de grootste uitdaging?

“Ik denk de perceptie. Veel mensen denken dat ‘we’ ze iets afnemen door hun vlees en vis te vervangen door plantaardige ingrediënten. Maar in plaats van iets af te pakken, nemen we ze mee in een nieuwe wereld van smaak, kleur en geur. Het is een verrijking en maakt ons eten leuker, lekkerder en diverser.”

Wat vind je van het idee dat een plantaardige maaltijd te weinig voedingsstoffen heeft?

“Dat is een misvatting. Peulvruchten zijn bijvoorbeeld rijk aan eiwitten, een belangrijke bouwsteen voor het menselijk lichaam. Binnen vijf stappen bereid je een lekkere én gezonde plant-based maaltijd. Dat begint met een volkoren graansoort. Vervolgens voeg je een eiwitbron toe, drie tot vier groenten én voldoende smaak. Waaronder umami, de smaak die

vleeseters vaak missen in een plantaardig gerecht. Dit zit onder andere in sojasaus, azijn, mosterd en andere gefermenteerde producten. De vijfde stap is het toevoegen van structuren aan een gerecht; van krokant tot romig. Veel gerechten voldoen hier overigens al aan, ook die met vlees of vis. In dat geval voeg je gewoon een andere eiwitbron toe, zoals quinoa en peulvruchten.”

Sommige mensen vragen zich af of ouderen in zorgcentra nog wel van eetgewoonte moeten veranderen.

“Die vraag krijg ik ook wel eens. Maar de Green Deal gaat over 50 procent dierlijke en 50 procent plantaardige eiwitten, dus er is nog genoeg ruimte voor vlees, vis en zuivel. Bovendien worden senioren steeds wereldwijzer. De volgende generaties zijn al meer gewend aan plantaardig én veelzijdig eten. De acceptatie wordt groter als je het dierlijke product weglaat in gerechten die best zonder kunnen. Zoals een milde curry, pasta, rijstgerecht of sommige stoofpotten. Daar komt de smaak vooral van kruiden en groenten. Verder zou ik de klassieke vleesproducten bij het oude laten. Laat een gehaktbal een gehaktbal zijn en werk niet te veel met vleesvervangers, maar met granen, noten, peulvruchten en groenten!”

HET LEKKERE ALTERNATIEF

Steeds meer mensen kiezen voor een plantaardig eetpatroon. Met de 'plantaardige roomboter' van Bravour Essentials verwen je iedereen. Deze boter is niet van echt te onderscheiden, of je er nu mee bakt, braadt of smeert.



'Lekker romig en vol van smaak, net als echte roomboter'



Bravour Essentials
Roomboter, plantaardig alternatief
Doos à 5 kilo | Art. nr. 139196
Rol à 1 kilo | Art. nr. 139322

Bekijk het hele assortiment van Bravour Essentials op Bidfood.nl

Sterker met smaak



Protamine maakt ijs met extra eiwitten. Volgens oprichter Tim Goudswaard is de smaak van eiwitverrijkt eten bepalend voor het succes ervan. "Wie houdt er nu niet van lekker ijs?"

Tim studeerde Voeding en Diëtetiek in Amsterdam. In zijn eerste jaar leerde hij alles over ondervoeding bij ouderen. "Liefst 35 procent van de ouderen in de zorg is ondervoed", zegt hij. "Daar schrok ik echt van. In hetzelfde jaar moesten we een snack ontwerpen. Ik koos toen voor eiwitverrijkt schepijs; geïnspireerd op mijn grootouders, die net als veel generatiegenoten echte zoetekauwen zijn." Tim ontwierp zijn ijs met een groepje studenten, ging ermee naar beurzen en won zelfs een publieksprijs. "We kregen veel vragen van onderzoekers en mensen uit de zorg", vertelt hij. "Hier moet je iets mee doen, zeiden ze. Ik vroeg een ijsmeester om het recept te finetunen en ging op zoek naar financiers."

'SMAAK OP ÉÉN'

Het ijs wordt gemaakt door De IJsfabriek in Doetinchem en is vanaf oktober 2023 op de markt.

VERBINDEN VANUIT ONS HART

“Via Bidfood laten we meer ziekenhuizen en zorginstellingen kennismaken met ons product”

Inclusief de eiwitpoeders van Friesland Campina, gemaakt van whey (een restproduct van de melkproductie). Onder andere Azora en Amsterdam UMC serveren het ijs aan hun patiënten. "Via Bidfood laten we meer ziekenhuizen en zorginstellingen kennismaken met ons product", vertelt Tim. "Honderd gram ijs bevat twintig gram eiwitten, ruim twee keer zo veel als de meeste eiwitverrijkte

producten. Maar dat is niet het grootste voordeel. Helaas vinden veel mensen eiwitverrijkte (zuivel) producten niet lekker, waardoor ze afzien van consumptie. Bij ons staat de smaak op één. Voordat we de markt opgingen, hebben we het ijs getest, onder andere bij Amstelhuis in Amsterdam. Daar werd echt heel goed op gereageerd."

SNELLER HERSTEL

De IJsfabriek gebruikt rauwe melk van boeren uit de Achterhoek, zo lokaal mogelijk. Op termijn wil Protamine ook plantaardig ijs aanbieden, maar alleen als de smaak "net zo lekker is." Het ijs op basis van melk is er in de smaken vanille, aardbei en chocolade. Een portie bevat bijna een kwart van de aanbevolen hoeveelheid eiwitten per dag. "Soms heb je echter meer eiwitten nodig", zegt Tim. "Bijvoorbeeld om te herstellen na een operatie. Een sneller herstel geeft minder ligdagen en zorgkosten. Bovendien verhoogt het de kwaliteit van leven. Eiwitten zijn van levensbelang. Die moeten we zo lekker mogelijk maken, zodat er minder weerstand is bij de patiënt. En wie houdt er nu niet van lekker ijs?"

ZOETE ZOMER- KONINKJES

'De frisse
smaak komt
ook enorm goed
tot zijn recht
in hartige
maaltijden!'

Lang voordat we de Hollandse aardbei *Fragaria* gingen verbouwen, groeide de kleinere bosaardbei door heel Europa. Tegenwoordig zijn 'gewone' aardbeien allang niet meer de enige graag gegeten aardbeisoorten. Zo zijn er framboenaardbeien, witte aardbeien, ananasaardbeien én bijna zwarte kersaardbeien.

Wist je dat deze zoete zomervrucht eigenlijk helemaal geen vrucht is? Het is een schijnvrucht! Alle pitjes aan de buitenkant zijn de 'echte' vruchten. De aardbei dankt zijn koninklijke naam aan een reclame uit de jaren '70. Sindsdien is de naam 'zomerkoninkje' niet meer weg te denken uit onze taal.

Ondanks de lage hoeveelheid calorieën, bevatten aardbeien een hoge voedingswaarde. Ze zitten boordevol vitamine C, foliumzuur en antioxidanten. Hoewel je door de zoete smaak van aardbeien snel geneigd bent om ze te serveren in ontbijt- of dessertgerechten, komt de frisse smaak ook enorm goed tot zijn recht in hartige maaltijden. Meer inspiratie voor hartige gerechten met aardbei vind je verderop in dit magazine.

Moestuin oogst verbinding



Erika Pijnenburg-Sterke
Eigenaar woonzorgboerderij
de Wetering,
voorheen leerkracht speciaal
onderwijs/jobcoach



Jan Pijnenburg
Eigenaar woonzorgboerderij
de Wetering, voorheen
melkveehouder/
varkenshouder,
activiteitenbegeleider
maatschappelijke zorg



In de Gelderse dorpen Dreumel en Alphen runnen Erika en Jan Pijnenburg de unieke zorgonderneming De Wetering. Die bestaat uit twee woonzorgboerderijen, een paardenrusthuis, lunchroom en creatief atelier, ook allemaal erkende leerbedrijven. Een moestuin, kas en voedselbos vormen hiertussen grote verbinders. Erika: “Daar verbouwen we gezond eten voor al deze locaties.”

“In de ochtend pluk ik hier besjes voor in mijn sojayoghurt. Dan voel ik me zó rijk!”, vertelt Erika in de moestuin. “Verbazingwekkend wat er allemaal voor moois en lekkers groeit. En hoe rijk de zware kleigrond is: we liggen precies tussen de Waal en de Maas. In 2022 begonnen we deze moestuin met hulp van De Tuinders. Inmiddels hebben we er een koude kas – het voormalige tennisveld met een omkapping – en voedselbos bij, en alles groeit en bloeit. Een reënfamilie snoept regelmatig mee, we moeten oppassen dat ze er niet met de complete oogst vandoor gaan.”

Oog voor elkaar

Op hun woonzorgboerderijen bieden Erika, Jan en hun team zorg en begeleiding aan mensen van achttien jaar en ouder met een bijzondere hulpvraag en een indicatie voor 24-uurszorg. “Ze hebben een verstandelijke beperking of andere aandoeningen zoals autisme of niet

‘Dat je eigenhandig een zaadje plant en een paar weken later sla hebt, blijft fascinerend. Iedereen helpt op zijn eigen niveau mee, geweldig toch!’



aangeboren hersenletsel. Ieder mens heeft behoefte aan zingeving, aan zich geliefd, veilig en geborgen voelen. Dat is dan ook de basis van De Wetering: samenleven en een gemeenschap vormen. Huisgenoten krijgen hier de kans hun talenten en interesses in te zetten voor zinvol werk, en heel fijn te leven. Het zorg- en werkbedrijf zijn aparte onderdelen. Dat mensen niet denken: de boer heeft goedkope hulpjes. We besteden er veel tijd aan, sturen en begeleiden om iedereen tot zijn recht te laten komen.”

Erika en Jan – beiden met een boerenachtergrond – wonen met hun gezin en veel dieren op het terrein van de zorgboerderij in Dreumel. “Wie hier woont, mag ook een huisdier houden. Een bewoner bracht een koe mee! Mensen gedijen bij wonen in leefgemeenschappen. Leven in verbondenheid, met en voor elkaar.”

Verse boontjes in de winter

De Wetering wil zelfvoorzienend worden. “We willen zo min mogelijk afhankelijk zijn van de supermarkt en een bijdrage leveren aan biodiversiteit. Dankzij de vriezer eten we in de winter ook verse boontjes. De kennis van onze ouders en grootouders over zelf verbouwen moet terugkomen”, vindt Erika. Al heeft ze die nu ook in huis met medewerker Ilja Kerkhof. Zij werkte als verpleegkundige en rondde de opleiding biodynamische landbouw af: een supermatch met De Wetering. Ilja: “De natuur geeft zó veel, soms zelfs door een stoeptegel heen. Dat je eigenhandig een zaadje plant en een paar weken later sla hebt, blijft fascinerend. Op een relatief klein terrein verbouwen we hier voor zoveel mogelijk mensen gezonde voeding. En iedereen helpt op zijn eigen niveau mee, geweldig toch!” Volgens Erika is de toekomst van de zorg

kleinschaligheid. “De huidige verzorgingsstaat is onhoudbaar. In de gezondheidszorg groeit gelukkig het bewustzijn rond preventie en gezonde voeding, om de zorg te ontlasten. Met onze gemeenschap proberen we daaraan bij te dragen.”

Ilja brengt een lading groene kennis mee: ze weet veel van (moes)tuinieren, biodynamische landbouw en álles uit de natuur halen. Ze maakt bijvoorbeeld ook zelf zeep, crème en olie. Ilja begeleidt de huisgenoten en medewerkers bij het zaaien, verzorgen en oogsten. “Het is de kunst om te kijken wat voor wie goed werkt. Wat vind je leuk en wat kan je fysiek aan, eventueel met aanpassingen? We doen hier met z’n allen zoveel mogelijk zélf, iedereen levert een bijdrage op zijn eigen niveau.”

‘Elke dag hebben we gezellige aanloop en veel vaste klanten’

Van alles een bietje

Ooit een supermarkt, nu lunchroom Bij van alles 'n bietje. Sigrid van den Heuvel geeft hier al zes jaar met veel plezier leiding. “Groente, kruiden en fruit uit de moestuin verwerken we in soepen, salades, quiches en taarten. We maken zelf jam, chutney, ketchup, zoetzuur en Alphse wauwelkoek. Elke dag hebben we gezellige aanloop en veel vaste klanten.”

SOOOOO CHEESY!

Ontdek de nieuwste smaaksensatie van echte Hollandse kaasmeesters: de CheeseDog®. Een klassieker met een hedendaagse twist en gemaakt van echte kaas. De ultieme smaakbeleving en een kaassnack waarover gesproken wordt!



Kaas is en blijft de favoriete snack voor velen. Met de CheeseDog® voeg je een nieuwe populaire snack toe aan jouw borrelgarnituur. Gemaakt door Hollandse kaasmeesters en bedoeld voor echte fijnproevers en kaasliefhebbers. Krokant van buiten en lekker smeug van binnen. Herkenbaar en toch verrassend. Hiermee geeft de CheeseDog® een nieuw jasje aan de klassieke kaassnack. Prikkel de smaakpapillen van jouw gasten, cliënten en bewoners en voorzie ze van deze onweerstaanbare, eiwitrijke snack van echte kaas. Eenvoudig te bereiden en onweerstaanbaar lekker. We couldn't make it more cheesy!

‘Ongeëvenaard, dankzij de krokante buitenlaag en smeuge inhoud met rijke kaassmaak’

Bekijk het hele assortiment van Vergeer op Bidfood.nl

CHEESEDOG

Served in een notendop

WAT WAS DE OPBRENGST VAN HET 24H CHEFS EVENT? EN WELKE AARDBEI IS HET LEKKERST? EEN OVERZICHT VAN DE OPMERKELIJKSTE FEITEN IN DEZE SERVED.

6 100 GRAM PROTEMINE IJS bevat **20 gram eiwitten**, **RUIM TWEE KEER ZOVEEL** ALS DE MEESTE EIWITVERRIJKE PRODUCTEN **9** *Tim Goudswaard, oprichter Prote mine.*

HET 24H CHEFS EVENT
IN MEI ZAMELDE
195.000 EURO
IN VOOR HET PRINSES MÁXIMA CENTRUM

DE
SMAAK-
PUPIL
APP
TELT ZO'N 70
SMAAKMAKERS,
van augurk
TOT GEMBER
EN CITROENGRAS.

VOOR DE LIEFHEBBERS
VAN AARDBEIEN
is de Elsanta
EEN ECHTE TOPPER;

MOOI VAN KLEUR,
RELATIEF GROOT,
AROMATISCH EN SMAAKVOL.

6 BINNEN 5 STAPPEN BEREID JE EEN LEKKERE EN GEZONDE **plant-based maaltijd** **9**

Kok, receptontwikkelaar en auteur Lotte Vermeer.

6 MET DE BROOD- EN SALADE-CONCEPTEN VAN BIDFOOD BESTEL JE PRECIES WAT JE NODIG HEBT. BOVENDIEN **ZIJN VEEL INGREDIËNTEN** ONDERLING UITWISSELBAAR. **9**

Robert de Gruijter, voorman en leermeester Promen.

6 WIE HIER WOONT MAG OOK EEN HUIDDIER **HEBBEN,** EÉN BEWONER BRACHT **EEN KOE MEE!** **9**

Erika Pijnenburg-Sterke, eigenaar woonzorg-boerderij De Wetering.

Verbinden vanuit ons hart

Ruud Veltenaar is filosoof, dwarsdenker, trendwatcher, friskijker, ondernemer, hoogleraar, bestsellerauteur en veelgevraagd spreker. Hij inspireert én verbindt graag.

‘Om een betere wereld te bereiken, moeten we ons opnieuw verbinden’

Honderden organisaties en duizenden mensen wereldwijd neemt Ruud jaarlijks mee op zijn inspirerende events ofwel inspirimenten. Hij geeft de deelnemers concrete inzichten en handvatten: ‘vitale oplossingen voor de wereld van morgen’. “Al vele decennia zet ik mij in voor een betere wereld. Voor een duurzamere leefomgeving en eerlijke maatschappij. In de huidige beschaving zien we veel onrust op elk gebied, van zorg tot onderwijs, van economie tot milieu. We zitten in een onvermijdelijke transitie naar een nieuw tijdperk, een transformatie naar een volgende fase. Ik ben daar optimistisch over, dat wordt een aanzienlijk betere wereld dan die waarin we nu leven.”

OP NAAR PROTOPIA

Dat klinkt hoopvol. Maar hoe komen we daar dan? “Er zijn verschillende routes die we kunnen volgen naar ‘protopia’, een toekomst waarin het leven elke dag een stukje verbetert

en de grote ongelijkheden worden opgelost. Een daarvan is de transitie van de tien belangrijkste systemen – zoals economie, onderwijs, zorg – die onze samenleving vormen. Als ik me nu beperk tot de zorg: het zorgsysteem is, financieel en menselijk, onhoudbaar. De regering bezuinigt op langdurige zorg en neemt veel

‘Voeding is als een medicijn, daarmee kan je voorkomen dat je ziek wordt’

middelen voor preventie af. Het zorgsysteem moet kantelen van diagnose en behandeling naar preventie. Dus niet ziek worden, maar gezond leven en gezond oud worden. Voeding speelt hierbij een belangrijke rol, want voeding is als een medicijn, daarmee kan je

voorkomen dat je ziek wordt. Wel moet de focus hierbij liggen op gezond, duurzaam en lokaal geproduceerd.”

MEER COMPASSIE

Om die betere wereld te bereiken, moeten we ons opnieuw verbinden, meent Ruud. “Met de natuur, waarvan wij onlosmakelijk onderdeel uitmaken. Uit alles wat je doet, moet blijken dat je verbinding hebt met de natuur. Dus hoe je reist, wat er in je kast ligt, hoe en wat je eet: meer plantaardig en minder rood vlees. En wij moeten ons meer met elkaar verbinden, vanuit het hart en met elke bevolkingsgroep. Zo ontstaat een empathische samenleving, waarin we voor en met elkaar zorgen. Dus zorgen voor je ouders, bovenbuur en die kennis van twee straten verderop. Meer compassie, barmhartigheid en medemenselijkheid vormen dé basis voor de wereld van morgen.”

AANBIEDINGEN VAN HET SEIZOEN

Geef jouw cliënten en collega's een energieboost met de lekkerste tussendoortjes; van een verkwikkend soepje tot eiwitrijke (boeren) yoghurt



EHRMANN
Pudding, vanille, assorti
Doos 16 stuks à 115 gram
Art. nr. 132777 **10.70**



DEN EELDER
Boerenyoghurt, vanille
Tray 12 bekertjes à 150 gram
Art. nr. 125171 **6.75**



DE RUIJTER
Aardbeien jam
Pot à 260 gram
Art. nr. 125106 **6.75**



GREENAGE
Muesli, rijk gevuld, biologisch
Doos 25 zakjes à 50 gram
Art. nr. 064340 **14.90**



VAN OORDT
Hagelslag, melkchocolade
Doos 300 zakjes à 10 gram
Art. nr. 343110 **51.95**



VAN OORDT
Fruitbeleg, aardbei, stick, varieitantjes
Doos 15 stuks à 12 gram
Art. nr. 152839 **2.10**



FANO
Parel couscous, honey mustard
Bak à 2 kilo
Art. nr. 142694 **18.95**



UNOX
Cup-a-Soup, tomatensoep
Doos à 21 zakjes
Opbrengst 175 ml per zakje
Art. nr. 069793 **10.65**



UNOX
Cup-a-Soup, kippensoep
Doos à 21 zakjes
Opbrengst 175 ml per zakje
Art. nr. 069786 **10.65**



UNOX
Cup-a-Soup, champignon-hamsoep
Doos à 21 zakjes
Opbrengst 175 ml per zakje
Art. nr. 069777 **10.65**



AVIKO
Aardappelgratins, crème en kaas
Zak à 2,5 kilo
Art. nr. 613790 **10.00**



AVIKO
Pommes Sautées, aardappelschijfjes
Zak à 2,5 kilo
Art. nr. 615360 **6.15**



AVIKO
Rösti rondjes
Zak à 2,5 kilo
Art. nr. 613940 **6.85**



FARM FRITES
Aardappelpuree, farm mash
Zak à 2,5 kilo
Art. nr. 610080 **5.70**



QUORN
Kip, vegan, filets, naturel
Doos 29 stuks à 69 gram
Art. nr. 138751 **26.20**



GANSEVOORT KITCHEN
Varkensspeklap, gegaard, met zout, met kruiden
Stuk à 80 gram
Art. nr. 800461 **1.30**



GANSEVOORT KITCHEN
Rundersukadelap, gegaard, met zout, met kruiden, vacuüm, psv
Stuk à circa 80 gram
Art. nr. 800447 **1.35**



GANSEVOORT KITCHEN
Varkenshamlap, gegaard, met zout, met kruiden
Stuk à 80 gram
Art. nr. 800471 **1.40**

ADVERTORIAL

SNEL & SMAAKVOL!

Schillen, snijden, wassen, wellen, garen, grillen... Bonduelle doet al het werk voor je. De vriesverse groenten en peulvruchten van Bonduelle combineren de voordelen van 'vers' met een razendsnelle bereiding. Na het ontdooien kunnen ze direct geportioneerd worden; wel zo lekker!



Met de vriesverse (gegrilde) groenten en peulvruchten van Bonduelle Service bereid je razendsnel de lekkerste gerechten. De mogelijkheden zijn eindeloos! Gebruik de peulvruchten voor een knapperige bite aan jouw creaties, bijvoorbeeld in een curry of maaltijdsalade met kikkererwten. Of wat te denken van een vegetarische linzagna? Deze peulvruchten zitten boordevol smaak, eiwitten, vezels en vitamines. Ook de groenten met grillsmak zijn een perfecte toevoeging aan je menu's. Van de paprikareepjes in pasta- en rijstgerechten tot gegrilde paprika én rode ui op sandwiches en panini's. Even ontdooien en serveren maar; zo lekker kan het zijn!

Ontdek het gemak van Bonduelle Service groenten en peulvruchten, direct koud te serveren!



Bekijk het hele assortiment van Bonduelle op Bidfood.nl

GAZPACHO VAN AARDBEIEN, PAPRIKA EN TOMAAT

FRIS EN SMAAKVOL

MET SMAAK GETIPT II

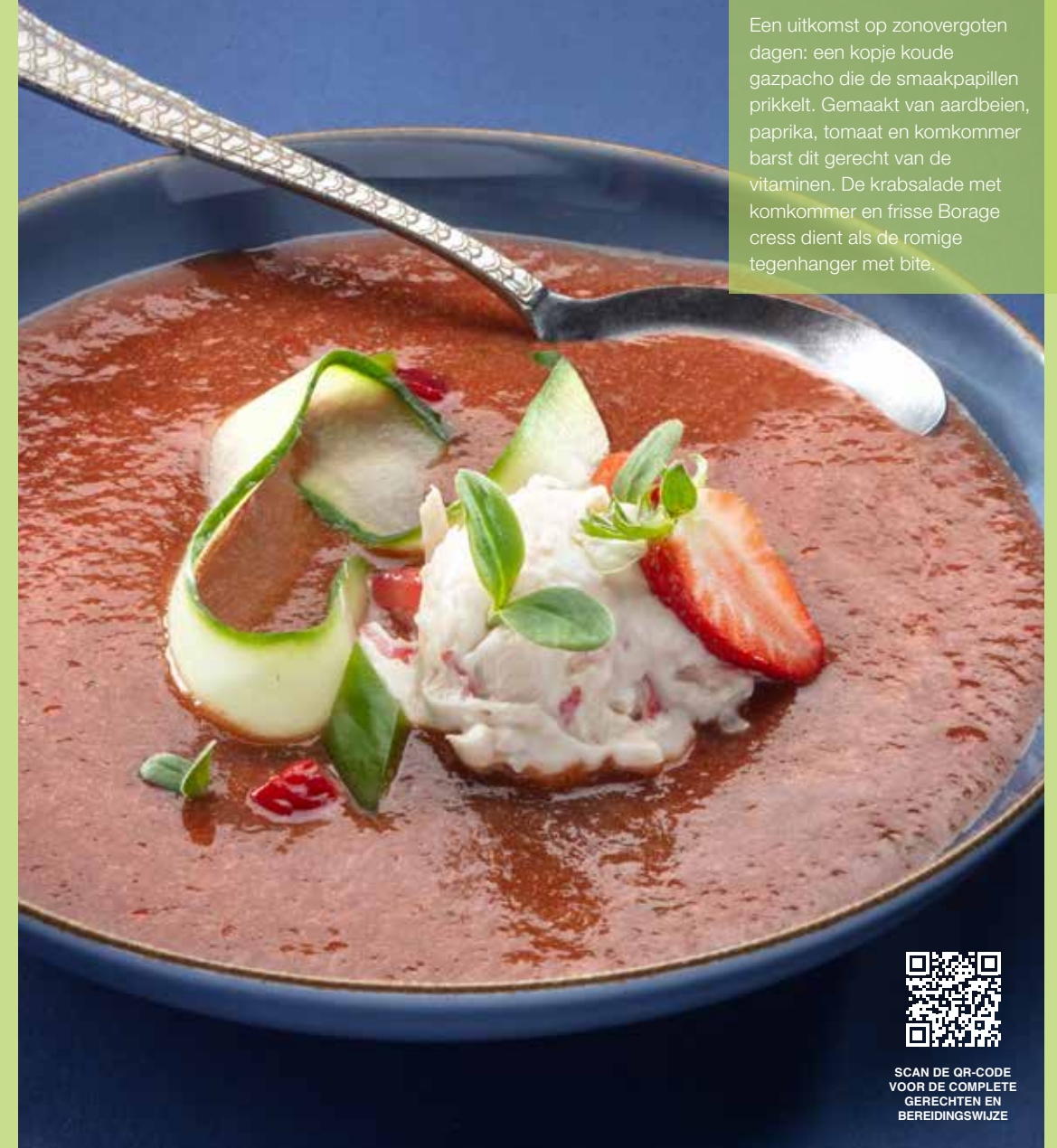


20 min



1,60

Een uitkomst op zonovergoten dagen: een kopje koude gazpacho die de smaakpapillen prikkelt. Gemaakt van aardbeien, paprika, tomaat en komkommer barst dit gerecht van de vitamines. De krabsalade met komkommer en frisse Borage cress dient als de romige tegenhanger met bite.



SCAN DE QR-CODE
VOOR DE COMPLETE
GERECHTEN EN
BEREIDINGSWIJZE

De perfecte aardbei

Weinig vruchten horen zó bij de zomer als de aardbei. De verrukkelijke Elsanta aardbei wordt geteeld in West-Brabant en belandt via BerryWorld in de webshop van Bidfood. Served nam een kijkje in de kassen.

BerryWorld werkt samen met tien zachtfruittelers. Eén daarvan is Vermeulen Tuinbouw, een familiebedrijf met vestigingen in Den Hout, Made en Oosteind. Tijdens ons bezoek is de voorjaarspluk in volle gang. De aardbeien groeien in hangende goten, wat het eenvoudig maakt om ze te plukken. Elk plantje levert twee keer per jaar aardbeien. “Dit is de tweede teelt”, vertelt mede-eigenaar Daan Vermeulen. “In augustus komen er weer nieuwe plantjes. In september begint de eerste teelt. Hierna gaan de planten in een zogenaamde winterrust, om vervolgens vanaf april weer aardbeien te produceren.”

DUURZAME TEELT

Vermeulen teelt aardbeien van het ras Elsanta. “Die zitten vol smaak”, vertelt Daan. “Zoet met een fris zuurtje voor de balans. Vandaag geplukt, is morgen bij Bidfood.” Vermeulen Tuinbouw teelt zo duurzaam mogelijk. Omdat deze plantjes twee keer per jaar aardbeien leveren, volstaat één voedingsbodem per jaar, te weten: kokosgruis, een restproduct van de kokosindustrie. Maar dat is niet het enige. “Onze kas wordt verwarmd met een warmtekracht-koppeling”, vertelt Daan. “Die wekt elektriciteit op voor het landelijke stroomnet. De warmte en CO₂ die hierbij vrijkomen, gebruiken we voor de groei van onze gewassen. Daarnaast vangen we regenwater op in bassins en wordt al het water hergebruikt voor de teelt.”

VAN SMOOTHIE TOT SALADE

Verder maakt Vermeulen gebruik van zonnepanelen en natuurlijke vijanden (insecten) voor de bestrijding van ziektes en plagen. Een klein deel van de teelt betreft verbeterde aardbeirassen, die samen met BerryWorld ontwikkeld worden. Hierbij wordt vooral gelet op smaak, stevigheid, resistentie en weerbaarheid tegen ziektes en plagen. Voor de liefhebbers van aardbeien is de Elsanta al een echte topper; mooi van kleur, relatief groot, aromatisch en smaakvol. Daan zelf krijgt er geen genoeg van. “Ik mag er graag van eten”, lacht hij. “Op brood, in een smoothie, met slagroom, in een salade of uit de hand. Want dat is het mooie: je kunt hier eindeloos mee variëren; van ontbijt tot taartjes en desserts!”



‘Zoet met een fris zuurtje voor de balans’

BETROKKEN & BEWUST

Mensontwikkelbedrijf Promen doet niet aan verspilling; niet van talent en niet van eten. In de catering komt alles samen.



In het stadhuis van Gouda werken 28 mensen met een kwetsbare positie op de arbeidsmarkt. Bijvoorbeeld omdat ze beschut werk doen, statushouder zijn of gere-integreerd worden. Promen biedt namens zeven gemeenten leerwerkplekken aan; zowel intern als bij gemeenten en bedrijven.

Het werk varieert van chocolade inpakken tot schoonmaken en catering. "Onze deelnemers kunnen zich ontwikkelen en specialiseren", zegt voorman en leermeester Robert de Gruijter. "Deze mensen zijn enthousiast en gemotiveerd om aan de slag te gaan, maar hebben wel begeleiding nodig. We kijken naar wat ze willen én kunnen. Wie affiniteit heeft met eten, begint meestal in onze interne catering op de locaties Gouda en Capelle aan de IJssel. Bevalt het werk en gaat het goed, dan kunnen ze doorstromen naar bijvoorbeeld de gemeente. Zoals hier in het 'Huis van de Stad Gouda.'"

VERS EN VERSPILLINGSVRIJ

Cateringmanager Carolina van der Bruggen stuurt met haar twee Promen-collega's het team in Gouda aan. "Dagelijks eten hier tussen de twee- en driehonderd ambtenaren.", vertelt ze. "We hebben een saladebar, luxe belegde broodjes en warme maaltijden. Die worden bereid door de deelnemers van Promen, onder aansturing van een kok. Daarnaast verzorgen we de catering tijdens vergaderingen." Alles wordt zo veel mogelijk vers bereid en veel is vegetarisch; van de bloemkoolcouscous met witte kaas, munt en maïs tot de gnocchi-ovenshotel met gegrilde courgette. Tijdens én na de bereiding gaat er zo min mogelijk eten verloren. "Op het gemeentehuis in Waddinxveen bestellen onze gasten via een app", vertelt Robert. "Ze geven van tevoren aan welk broodje ze willen eten. Zo kunnen onze deelnemers vooruit werken én precies de juiste hoeveelheid maken, zonder broodjes die blijven liggen."

VRIJDAG IS 'HEKSENDAG'

Promen werkt daarnaast met de de concepten Brood&Co en Salades&Co van Bidfood. "Hiermee bestel je precies wat je nodig



hebt", zegt Robert. "Inclusief grammages, bestelnummers en recepten. Bovendien zijn veel ingrediënten onderling uitwisselbaar, zodat er nooit veel overblijft." En anders is er altijd de vrijdag nog. "Dan is het 'heksendag' en maken we alles op wat over is", zegt Carolina. "Daarnaast vriezen we elke dag de overgebleven maaltijden in. We mogen van de gemeente geen 'nee' verkopen aan de ambtenaren; te weinig maaltijden is geen optie. Anderzijds willen we zo min mogelijk verspillen. Vandaar dat onze deelnemers de ingevroren, niet verkochte maaltijden kunnen kopen voor thuis. Voor een bescheiden kostprijs, zodat ze niet zelf hoeven te koken."

BRABANTS

MET
EEN



TWIST

Culinair adviseur Kenny van Dijk gaf producten uit de Brabantse regio een geheel eigen twist. Gezellig? Zeker. Bourgondisch? Uiteraard! Lekker? Méér dan lekker, probeer ze zelf maar!

“Inspiratie voor een reeks gerechten die niet alleen bomvol smaak zitten, maar óók een lust voor het oog zijn”

‘Het leven is goed in het Brabantse land’, zegt het bekende liedje. En dat klopt wel. Bij Brabant denk je meteen aan gezelligheid, aan oneindig feesten met een bourgondische inslag. Die uitnodigende sfeer gaf Kenny inspiratie voor een reeks gerechten die niet alleen bomvol smaak zitten, maar óók een lust voor het oog zijn.

vloeken in de kerk, daar waag ik me niet aan. Voor de plank kozen we voor een plantaardige variant, die hapt ook lekker weg tijdens de borrel. Een frietje stooft gaat er ook altijd in. Daarvan maakten we een vegetarische variant met Brabantse frieten en mayonaise van Jean Bâton.”

Echte traditionele, Oudhollandse streekgerechten vinden, is volgens Kenny best lastig omdat veel gerechten op elkaar lijken. “Soms met net even een andere toevoeging. Bij het bedenken van de recepten deden wij dat dus ook: nét even een ander twistje geven.” De grootste smaakverrassing vond hij de paddenstoelen bakenbrij met krentenbrood en zuurkool. “Het was een leuke uitdaging om een plantaardige variant van bakenbrij te bedenken. Dat pakte goed uit, want wat is-ie lekker. Elk element draagt zó bij aan de rijke smaak, en de frisse zuurkool maakt ook echt een groot verschil. Om de Brabantse traditie in ere te houden, serveren we het op een stuk krentenbrood – al noemen ze het daar geloof ik krentenmik. Eet smakelijk en houdoe!”

KROKANTER

“Deze keer kozen we allemaal producten van leveranciers uit Brabant om mee te koken. Dat leverde een rijke selectie op, en veel nieuwe receptideeën. Want de beroemde Bossche Bol is natuurlijk heerlijk, maar die moet je gewoon bij een Brabantse specialist eten. Aan dat recept wil ik niet tornen. Vandaar deze leuke eierkoekschelp als zoet alternatief: die bak je eenvoudig zelf met een handige pre-mix. Je bepaalt zelf de vorm en

grootte; voor tussendoortjes kan je kleinere eierkoeken bakken. Het beslag geeft heerlijke verse eierkoeken die je naar smaak krokanter kan maken, met net wat meer bite. Wij topten de eierkoekschelp voor de gelegenheid af met vers fruit uit de streek. Met de Noord-Brabantse vlag als vrolijke ondergrond.”

SMAAKVERRASSING

Een goed gevulde Brabantse borrelplank mocht natuurlijk niet ontbreken. “Ook samengesteld met allemaal lokaal lekkers. Uiteraard hoort daar ook een worstenbroodje bij. Maar een Brabants worstenbroodje naar eigen recept maken? Dat is óók een beetje als



Eierkoek schelp met rood fruit en custard

Dé lekkernij van de Brabantse koffietafel: Brabantse eierkoeken. Met het nieuwe, kant-en-klare 'Bak 'm Beet' beslag bak je ze zelf in een handomdraai. Vouw de warme eierkoeken zo, dat ze de vorm van een schelp krijgen. Zo vul je ze gemakkelijk met custard, en top je het geheel af met frambozen en bramen uit de regio.



10 min



25 min



1,81



SCAN DE QR-CODE
VOOR DE COMPLETE
GERECHTEN EN
BEREIDINGSWIJZE

Brabantse borrelplank

Dat Brabanders bekendstaan als Bourgondiërs hoeven we niemand te vertellen. Hoe ze hun borrelplankjes vullen, wil dan weer iedereen weten. De (plantaardige!) Brabantse worstenbroodjes mogen in elk geval niet ontbreken. Net als Brabantse metworst, asperges, luxe bitterballen, geitenkaas, uienchutney en breekbrood. Een samenspel van lokale producten waar Brabanders trots op mogen zijn.



15 min



10 min



2,69



SCAN DE QR-CODE
VOOR DE COMPLETE
GERECHTEN EN
BEREIDINGSWIJZE

Frietje stoof met mayo

Voor een lekker frietje stoofschotel hoef je allang niet meer naar onze zuiderburen. Deze Brabantse stoof smaakt net zoals de traditionele au vin, maar dan vegetarisch. Met verse, voorgebakken frietjes en fris-zure mayonaise uit de regio, is dit Brabantse feestmaal compleet!



12 min



6 min



1,41

Paddenstoelen balkenbrij met krentenbrood en zuurkool

Balkenbrij vindt zijn oorsprong in meerdere provincies in Nederland, waar iedere regio er zijn eigen draai aan gaf. Van oudsher werd dit gerecht gemaakt met restvlees van de slacht, en daarom veel gegeten op boerderijen. Tegenwoordig maken we het van varkensvlees en spek. In deze variant laten we zien dat het óók plantaardig kan, met kastanjechampignons en gerookte tofu, op smaak gemaakt met 'rommelkruid' van peper, kruidnagel, nootmuskaat en kardemom. Geheel volgens Brabantse traditie serveren we de balkenbrij op krentenbrood.



1 uur



24 uur



1,99

RADIO HORECA

PLAATJES DRAAIEN VOOR HET GOEDE DOEL

Weinig mensen weten dat Bidfood ook radio maakt. Radio Horeca gaat soms de lucht in, bijvoorbeeld om geld in te zamelen voor het goede doel. Tijdens het 24H Chefs Event konden luisteraars een verzoeknummer kopen voor het Prinses Máxima Centrum.

Served was erbij.



**‘EEN PLEK WAAR
ETEN, GEMEENSCHAP
EN BROEDERSCHAP
SAMENKOMEN’**



De studio van Radio Horeca bevindt zich deze zondag in Kasteel Kerckebosch. Alles in en om het Zeister kasteel staat in het teken van lekker eten en drinken. Nou ja, bijna alles. Een deel van de aandacht gaat naar het Prinses Máxima Centrum in Utrecht. Het centrum voor kinderoncologie behandelt alle kinderen met kanker in Nederland en doet onderzoek naar het ontstaan van tumoren, nieuwe behandelmethodes en meer. De opbrengst van het 24H Chefs Event komt in zijn geheel ten goede aan het Prinses Máxima Centrum. Aan deze 24-uurs kookestafette doen enkele van de beste (sterren)chefs mee, zoals Leon Mazairac (Karel V), Arjan



event, verspreid over een etmaal. Met plaats voor vijfhonderd gasten, die hun smaakpapillen goed de kost geven en geld inzamelen voor het goede doel.

Speelman (Ciel Blue), Nelson Tanate (De Librije) en Joris Bijdendijk (Rijks). Het event wordt georganiseerd door privé chef Tjitze van der Dam en Godfried van der Lugt van Gault&Millau. Na zijn deelname aan Serious Request, in 2013, zag Tjitze een plek voor zich 'waar eten, gemeenschap en broederschap samenkomen'. Die plek werd een





VAN BON JOVI TOT DE ENGELBEWAARDER, ALLE SMAKEN PASSEREN DE REVUE



VERZOEKNUMMERS

Ook Radio Horeca zamelt geld in. Bidfood riep deze zender tijdens corona in het leven, als steun in de rug voor klanten in de horeca en zorg. Sindsdien laat 'De grootste huiskamer van Nederland' regelmatig van zich horen. Zoals tijdens Horecava en ook vandaag, tijdens het 24H Chefs Event. In een studio tegenover de gastromarkt nemen o.a. Jordy Middelbosch, Laurens Claassens, Timo Sniijders, Dirk Lepoutre, Simon Sanders en hun Bidfood collega's plaats achter de microfoon. Om verzoeknummers te draaien, die men voor een financiële bijdrage kan aanvragen; online, telefonisch of ter plaatse. Van Bon Jovi tot De Engelbewaarder, vrijwel

alle muzieksmaken passeren de revue. Tussen de muziek door worden er gesprekken gevoerd, met chefs, entertainers, ondernemers, leveranciers, trendwatchers en meer. Ook is er tijd voor spelletjes, nóg een manier om geld in te zamelen voor het Prinses Máxima Centrum.

INNOVATIEF ONDERZOEK

De radiomaratons worden online uitgezonden, inclusief beelden van de studio. Sommige mensen zijn live getuige van de uitzending. Zoals Marijn Brummelhuis, relatie manager van de Prins Máxima Centrum Foundation. "Geweldig dat dit initiatief er is", zegt ze. "Zowel van het 24H Chefs Event als van Radio Horeca,

'GEWELDIG DAT DIT INITIATIEF ER IS'



die beiden geld inzamelen. Dat geld is hard nodig, voor innovatief onderzoek, nieuwe behandelingen en extra faciliteiten binnen ons centrum, zoals het sport- en beweegprogramma. Hiermee komen we weer een stap dicht bij onze missie, om ieder kind met kanker te genezen, met optimale kwaliteit van leven. Deze onderzoeken en faciliteiten komen (nog) niet in aanmerking voor zorgfinanciering en fondsen, en kunnen alleen tot stand komen met de steun van donateurs. Dat maakt de betrokkenheid van chefs en partijen als Bidfood juist zo waardevol!"

'HIERMEE KOMEN WE WEER EEN STAP DICHTER BIJ ONZE MISSIE'



RECORDOPBRENGST

De opbrengst van het 24H Chefs Event op 26 en 27 mei bedraagt maar liefst 195.000 euro. In september 2022 bedroeg de opbrengst nog 105.000 euro, ook voor het Prinses Máxima Centrum voor kinderoncologie. Eerder zamelde het event al geld in voor het Nederlandse Rode Kruis. De editie van afgelopen mei brak alle records, met behalve de opbrengst ruim vijfduizend gasten en bijna drieduizend gerechten.

DE SMAAK VAN DE ZOMER

Ervaar de bijzondere smaak van Bravour Essentials' geroosterde paprika's. Deze rode paprika's vinden hun oorsprong in Spanje, waar ze rijpen onder de mediterrane zon. Erg lekker om mee te variëren; van sandwich tot salade!

'Met de geroosterde rode paprika's van Bravour Essentials zorg je altijd voor een mediterrane smaakexplosie!'

Na het langdurige rijpen worden de paprika's gegrild. Aan zowel het rijpen, als het grillen danken ze hun zoete en hartige smaak; een unieke combinatie. De geroosterde paprika's lenen zich dan ook perfect als (smaak) toevoeging aan een gerecht. Gebruik ze bijvoorbeeld als basis voor een soep, in pasta's en lasagne, als topping op een broodje of als onderdeel van jouw salades. Waar je ook voor kiest, met deze paprika's zit je altijd goed!

BRAVOUR ESSENTIALS
Paprika, geroosterd, rood
Blik 4 kilo | Art. nr. 155347



Bekijk het hele assortiment van Bravour Essentials op Bidfood.nl

PARELGERST- SALADE MET GROENE GROENTE EN AARDBEI LICHT EN FRUITIG

MET SMAAK GETIPT III



15 min



4,13

In de zomer zijn salades de uitblinkers op het menu. Lekker licht en vol smaak dankzij de vele seizoensproducten. Met deze parelgerstsalade met tuinbonen, groene asperges, sugarsnaps, krulandjvie en een dressing van aardbeien en balsamicodressing zet je een voedzame, volwaardige maaltijd op tafel.



SCAN DE QR-CODE
VOOR DE COMPLETE
GERECHTEN EN
BEREIDINGSWIJZE

Lekker (en) bewust

De lekkerste smaakmakers zijn behalve lekker ook mens- en diervriendelijk. Je vindt ze bij Bidfood, inclusief dit bijzondere kwartet voor een zomer lang genieten.

NATUURLIJKE ZOETMAKER

Geef extra smaak aan een gerecht met de vegan agavesiroop van Immenhof. Agavesiroop geeft lagere pieken in de bloedsuikerspiegel dan geraffineerde suiker. Daarnaast smaakt het zoeter, zodat je er ook minder van nodig hebt. Deze siroop is van nature glutenvrij en heeft een zeer hoge zoetkracht. Ideaal voor het 'zoeten' van (plantaardige) gerechten, zoals pannenkoeken en desserts. Dankzij de goede oplosbaarheid is de siroop ook perfect voor koude en meer vloeibare producten; van yoghurt en limonades tot smoothies en sauzen. Verkrijgbaar in een handige 1,5 kilo doseerfles en 350 gram knijpfles van 50% gerecycled r-PET.



- Van nature vegan
- Biologisch en glutenvrij
- Veelzijdig toepasbaar

IMMENHOF
Agavesiroop
Fles à 1,5 kilo
Art. nr. 154250

Minder vet, meer genieten

CROKY Pop'd Potatoes maakt 'chips' gezonder. Deze luchtige aardappelsnacks zijn namelijk niet gefrituurd en bevatten 55% minder vet dan klassiek gefrituurde aardappelchips. 1 zakje bevat minder dan 75 kilocalorieën.

De aardappelen worden verwarmd, gepoft onder hoge druk en besprenkeld met kruiden. Een feest voor de smaakpapillen van jouw cliënten, patiënten en medewerkers. Lekker en bewust, want behalve vetarm zijn deze snacks ook nog eens vegan en glutenvrij. Plus: zonder smaakstoffen, kleurstoffen en conserveringsmiddelen.



CROKY
Pop, barbecue
Zakje à 17 gram
Art. nr. 154366

Pop, sea salt
Zakje à 17 gram
Art. nr. 154368



'Gemaakt van alleen de beste biologische ingrediënten'

PROEF

DE NATUUR

Agroposta maakt biologische siropen van alleen de beste ingrediënten, honderd procent puur en biologisch. Deze worden met veel zorg en respect voor de natuur (hand)geplukt en op ambachtelijke wijze verwerkt tot siropen. Ideaal voor een verfrissende limonade, als basis voor een cocktail óf als smaakmaker in een zomers dessert.

- 100% biologisch
- Handgeplukt en ambachtelijk
- Zonder kunstmatige toevoegingen



AGROPOSTA
Frambozensiroop
biologisch
Fles à 50 cl
Art. nr. 154210

Citroensiroop
biologisch
Fles à 50 cl
Art. nr. 154209

HET NIEUWSTE VAN HET NIEUWSTE



Pure verwennerij

De zoete snacks van Nats Rawline zijn het perfecte tussendoortje voor jouw medewerkers en cliënten.

Ontdek Nats Rawline! Geniet van heerlijke en onschuldige lekkernijen die niet alleen lekker zijn, maar ook gezond. Onze lekkernijen worden op een transparante en natuurlijke manier bereid, waardoor alle voedingsstoffen behouden blijven. Al onze desserts / patisserie zijn RAW, GLUTENVRIJ en PLANTAARDIG - zonder toevoegingen, chemicaliën, of soja. Puur genieten zonder compromissen! Kies voor onze kant-en-klare, smakelijke, innovatieve en betaalbare oplossing die perfect aansluit bij de behoeften van uw klanten.

NATS RAWLINE

Raw cakes ❄️ | Doos 12 stuks à 65 gram
limoen & mango | Art. nr. 153729
framboos & passievrucht | Art. nr. 153727
tiramisu | Art. nr. 153749
framboos & bosbes | Art. nr. 153725
karamel & chocolade | Art. nr. 153728
framboos & limoen | Art. nr. 153726



Hier is teamwerk heilig

In een van de oudste delen van de Haarlemse binnenstad vind je opleidingsrestaurant De Kloosterkeuken. Onder leiding van drie leermeesters werken en leren hier jongeren die zijn uitgevallen in het reguliere onderwijs. Dat blijkt vaak hét recept om ze (weer) tot hun recht te laten komen.



In de 15de eeuw heette De Kloosterkeuken het Sint Jacobs Gasthuis. Hier konden de pelgrims terecht op weg naar Santiago de Compostella. Nog steeds is dit het startpunt voor deze wereldberoemde wandeltocht. Het complex fungeerde ook als armenhuis. “De zorg voor kwetsbaren in de samenleving stond hier centraal”, vertelt chef-kok Ben van Hamburg. “Het complex hield door de eeuwen heen een sociale structuur en dat heeft het nog steeds met onze stichting met leerwerktrajecten voor jongeren.”

LAATSTE KANS

Bij De Kloosterkeuken werken jongeren van 15 tot 27 jaar. “Om wat voor reden dan ook, lukte het ze niet in het reguliere onderwijs. Ze hebben allemaal een of meer ‘labels’.

Het is ook maar net wat je meemaakt in het leven; iedereen kan pech hebben. Door een combinatie van leren in de praktijk, goede begeleiding en met elkaar samenwerken, lukt het de meeste jongeren hier wél. De leerdoelen en aanpak verschillen per leerling. Bij de een moet je wat strikter zijn, de ander wat vaker bemoedigend toespreken. Sommigen komen hier als een soort ‘laatste kans’ en gaan uiteindelijk stagelopen of werken bij een sterrenrestaurant.”

125 JAAR ERVARING

Naast chef Ben begeleiden maître Richard de Groot en docent Lonneke van Dijk de jongeren met veel geduld en plezier. “We zijn allemaal gepokt en gemazeld in de commerciële horeca, samen hebben



Sophia (17)

"Het leukste is het contact met collega's en gasten. En dat de leidinggevenden meer als team met ons samenwerken. Alles is hier overzichtelijk: ik zie precies waar tafels aan toe zijn. Daar word ik blij van."



we 125 jaar ervaring. Ons opleidingsrestaurant startte in 2001 als een re-integratieproject van Jeugdzorg maar inmiddels zijn we een zelfstandige stichting. We werken samen met de gemeente Haarlem, Spaarne Werkt en ROC Nova College."

EIGEN IDEEËN WELKOM

De jongeren kunnen hier hun landelijk erkende vakdiploma's

met ons mee. Ieder aan een eigen kant, ze rouleren tussen groente, voorgerechten, warme gerechten en patisserie."

Vanaf dag één werken de jongeren in een vast team en zijn ze medeverantwoordelijk voor de goede zorg voor de veelal vaste gasten. "We koken lekker klassiek met nieuwe invloeden. Daarbij zijn de eigen ideeën van de leerlingen welkom. Om



Willem (21)

"Ik vind het kookgedeelte heel erg leuk. De leermeesters zijn erg aardig en de gasten ook."

voor de horeca halen, bijvoorbeeld niveau 1 (bediening en keuken) of niveau 2 (gastheer/-vrouw of kok). Ze werken en leren vier dagen in de praktijk met steeds twee uur school per dag. "Na de lessen gaan ze de keuken in en koken ze

waste te verminderen, werken we met een compactere kaart, met meer dagverse en à la minute gerechten. Coquilles staan er bijna altijd op: de sint-jakobsschelp hoort gewoon bij dit gebouw en zit in ons logo!"

Janno (19)

"Ik vind het hier geweldig. Dit is de eerste plek waar ik me gewaardeerd voel voor hoe ik werk. Het leukst vind ik met onze gasten omgaan, zorgen dat ze zich op hun gemak voelen en dat het een heerlijke avond voor ze wordt. Iedereen hier hielp me om me op mijn plek te voelen. Ze kijken naar: wat kan je? En dan krijg je steeds nieuwe uitdagingen. Kom maar door!"



SCAN DE QR-CODE
VOOR DE COMPLETE
GERECHTEN EN
BEREIDINGSWIJZE

WEEK MENU

WEEKMENU

ZOMERVAKANTIE

Welke gerechten brengen je even helemaal terug op je favoriete vakantiebestemming? Met deze vraag in het achterhoofd, creëerden we de volgende zeven gerechten. Om de originele gerechten vol smaak óók de juiste voedingswaarden mee te geven, hebben we ze hier en daar aangevuld met voedzame salades. Zo wanen je patiënten, cliënten en bewoners zich voor even aan de Turkse kust, op een terrasje in Frankrijk of in het kleurrijke Mexico, en kan jij als chef ook met een gerust hart even wegdromen over je volgende bestemming.



Griekse pita kip kebab

De Griekse temperaturen vragen om verfrissende gerechten vol smaak. Serveer deze goed gekruide pita kebab met een salade van veldsla, witte kaasblokjes, zoetzure rode ui, tomaat en olijven én een frisse tzatziki als bijgerecht.



Turkse freekeh salade

Turkse zomers zijn warm. Geen wonder dat deze frisse en voedzame salade een veel gegeten gerecht is! De graansoort freekeh komt uit het Midden-Oosten en wordt gemaakt van jonge, groene tarwe. Naast lekker nootachtig van smaak, is het ook enorm gezond. Het bevat meer vezels en eiwitten dan reguliere tarwe en is een bron van calcium, kalium, ijzer en zink.



Indische Chinese kool

Tahoe (of tofu) is een veelgebruikt ingrediënt in de Indonesische keuken. In dit gerecht frituur je de tahoe knapperig, en worden shiitake, gember en Chinese kool in de bekende Aziatische wok geroerbakt. Met soba noedels, sesamolie en lente-ui maak je het geheel af.

Franse salade niçoise

Op een zonnig terras in Frankrijk, met een goed glas wijn en fijn gezelschap, is deze goedgevulde maaltijdsalade een toepasselijk gerecht. Vernoemd naar de stad Nice, is de salade niçoise te vinden in vele variaties. Wij kiezen voor tonijn, haricot verts, krieltjes, ansjovis, rode ui, olijven en een gepocheerd eitje. *Bon appétit!*



Thaise groene curry

De avonturiers die al eens naar verre oorden als Thailand zijn afgereisd, zullen het beamen: een goede curry brengt je direct weer even terug in Azië. Deze Thaise groene curry is mild van smaak en bevat de typische currysmaak zoals gember, koriander en citroengras. Aangevuld met groene groenten, garnalen en volkoren rijst, maak je er een echte Thaise klassieker van.



Italiaanse aglio e olio

Waar menig Italiëreiziger reikhalzend naar uitkijkt, is de eenvoud van de Italiaanse keuken. Zo ook bij deze klassieker, die niets meer bevat dan spaghetti, olijfolie, knoflook en peper. Met een salade van rucola, rode sla, gegrilde groenten, champignons en boterbonen maak je er een voedzaam geheel van.



Mexicaanse taco's

Taco's bomvol smaak en kleurrijke ingrediënten zijn één van de populairste gerechten uit Mexico. Deze maistortilla's vul je met kipstukjes gegaard in groene tomatillo saus, zwarte bonen puree, little gem sla, radijs en zoetzure rode ui. Met een quinoa-bonensalade en een schep guacamole erbij serveer je een complete maaltijd

‘EEN CADEAUTJE VOOR IEDEEREEN’

Lunchroom De verrassing

van Alphen is klaar voor de zomer. Zeker na de workshop ‘mocktails maken’, van Bidfood’s Maurice van der Laan. De medewerkers en kandidaten van Rijnvicus in Alphen aan de Rijn zijn dolenthousiast. “Ik word hier zó vrolijk van.”



De verrassing van Alphen is afgelopen winter volledig verbouwd. De lunchroom onderging een serieuze metamorfose, van huiskamer tot brasserie. Inclusief comfy meubilair, trendy decoraties, een barista corner en gas(t)vrije keuken. Ook het terras werd onder handen genomen, met twee keer zoveel tafels als voorheen. Iedereen is welkom, voor ontbijt, lunch en high tea. Of voor de nieuwste aanwinst op de kaart: vier zomerse mocktails. Deze 0% cocktails stonden op het wensenlijstje van locatiemanager Belinda Martens. “Sinds de verbouwing hebben we een wat luxere menukaart”, vertelt ze. “Met de lekkerste broodjes, maaltijdsalades, panini’s, tosti’s, burgers en smoothies. Het enige dat nog ontbrak, was een drankenkaart met mocktails. Dit maakt ons aanbod compleet.”

BEGELEID NAAR WERK

In De verrassing van Alphen werken mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Die worden door Rijnvicus begeleid naar regulier werk. Het sociaal ontwikkelbedrijf van de gemeente biedt werk- en leertrajecten aan, waaronder het traject ‘Horeca’. “In ‘De verrassing’ maken ze kennis met alle facetten”, vertelt Belinda. “Van bediening tot het werken in de keuken. Uiteraard kijken we zo veel mogelijk naar iemands kwaliteiten. De één is goed in koffies zetten, de ander in broodjes beleggen of uitserveren. Deze cocktailworkshop is een cadeautje voor iedereen.”





SPECIALIST IN MOCKTAILS

Belinda vertelde Maurice van der Laan, accountmanager Health & Care van Bidfood, dat ze mocktails op de kaart wilde zetten. Hierop stelde Maurice voor om een workshop te geven aan het personeel. Met zijn verleden als cocktail bartender is hij daar de aangewezen persoon voor. "Superleuk dat hij dit wil doen", zegt Belinda. "Maurice heeft zelfs een aparte kaart laten drukken, met op de ene kant de mocktails en op de andere smoothies. Ons terras moet het enige in Alphen worden met alleen maar alcoholvrije cocktails. Zodat iedereen weet: voor de lekkerste mocktails ga je naar De verrassing."

VROLIJKE KLEURTJES

Tijdens de workshop beperkt Maurice zich tot vier makkelijk te bereiden cocktails; de Sweet Rose, Pina Colada, Jungle Juice en Red Sparkel. Deelnemer Famke vindt het "fantastisch" om erbij

“In ‘De verrassing’ wordt er kennis gemaakt met alle facetten: van bediening tot het werken in de keuken,”



te zijn. "Ik word hier zó vrolijk van", lacht ze. "Alleen al van die kleurtjes. Maar ook om weer iets nieuws te leren. Ik had eigenlijk vrij vandaag, maar hier wilde ik per se bij zijn." Famke kijkt aandachtig toe als Maurice de attributen laat zien, van jigger (het barmaatje) tot shaker. Hierna stelt hij – per mocktail – de ingrediënten voor, die ook op de kaart staan; het fruit, de siropen, verse munt, slagroom, ijsblokjes en meer. De eerste mocktail maakt hij zelf, daarna laat hij het werk over aan de medewerkers. Famke's Pina Colada is meteen een schot in de roos. Collega Luna shaket op haar beurt een Jungle Juice met sinaasappel-, mango- en aardbeisiroop, verse aardbei, sinaasappel en ijsblokjes. Na afloop gaat ze glunderend op de foto. "Het is best makkelijk", lacht ze. "Ik vind het leuk om ze te maken, maar misschien nog wel leuker om te drinken. Hopelijk gaan we deze zomer lekker veel mocktails verkopen!"

VOL VAN SMAAK EN EIWITTEN

De eiwitverrijkte vla van Zuivelhoeve bevat 125 procent meer eiwitten dan de meeste andere vla. Dat is beter voor het herstel én voor de spieren. Daarnaast is deze vla ook nog eens hartstikke lekker.

‘Vol smaak, vol eiwit, voor iedereen!’

Ruim veertig jaar geleden startte De Zuivelhoeve met de productie van ambachtelijke zuivelproducten. Plaats van handeling: een oude schuur. Tegenwoordig is De Zuivelhoeve een gevestigd familiebedrijf, bekend van de Boer'n Yoghurt, volle vla en andere producten. Inclusief producten die rijk zijn aan extra eiwitten, zoals de verrijkte vla. Uit onderzoek blijkt dat patiënten die voldoende eiwitten binnenkrijgen, minder lang in het ziekenhuis liggen. Daarnaast draagt eiwit bij aan het herstel van onze spieren. Hoe lekkerder de vla, des te meer eiwitten jouw patiënten en cliënten binnenkrijgen. Keuze te over, want deze vla is er in de smaken vanille, aardbei, banaan en caramel hopjes. Zo biedt Zuivelhoeve voor iedereen een lekker portie energie!



Bekijk het hele assortiment van Zuivelhoeve op [Bidfood.nl](https://www.bidfood.nl)

Zuivelhoeve
Sinds 1981

Tuinerwtjes soep met paprika en limoen

Verras deze zomer met de geroosterde rode paprika's van Bravour Essentials. Die vinden hun oorsprong in Spanje, waar ze rijpen onder de mediterrane zon. Erg lekker als smaakmaker in soepen en salades. Laat je inspireren door onze romige tuinerwtjessoep met paprika en limoen!

Ingrediënten

voor 10 personen

Extra fijne doperwten	800 gram Art. nr. 605980
Plantaardige slagroom	50 cl Art. nr. 105082
Groentebouillon	30 gram Art. nr. 126019
Olijfolie extra vierge	1,6 cl Art. nr. 038689
Paprikapoeder	2 gram Art. nr. 134811
Dille	8 gram Art. nr. 931337
Geroosterde paprika Bravour Essentials	160 Art. nr. 155347
Gewassen spinazie	300 gram Art. nr. 049664
Limoensap	2 cl Art. nr. 096035
Flute wit	1 kilo Art. nr. 039736

Bereiding

STAP 1

Bak de broodjes af in de oven.

STAP 2

Kook 1 liter water met de groentebouillon en de doperwten. Voeg de spinazie toe en pureer alles tot een gladde massa.

STAP 3

Voeg de kookroom en limoensap toe en breng aan de kook.

STAP 4

Snij de geroosterde paprika in reepjes. Serveer de soep in een diep breed bord en garneer deze met de gesneden paprika en paprikapoeder.

STAP 5

Maak de soep voor het serveren af met verse zwarte peper, dille en olijfolie.

