

# HALLOWEENBOEKJE



**VOL SPELLETJES EN RECEPTEN**



**Auticoach  
Kinderdiëtist**



MIAUW, ik ben  
**Witje!**

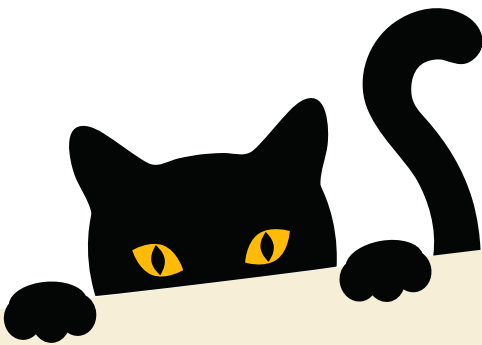
**BOO, IK BEN  
SPOOKJE.**



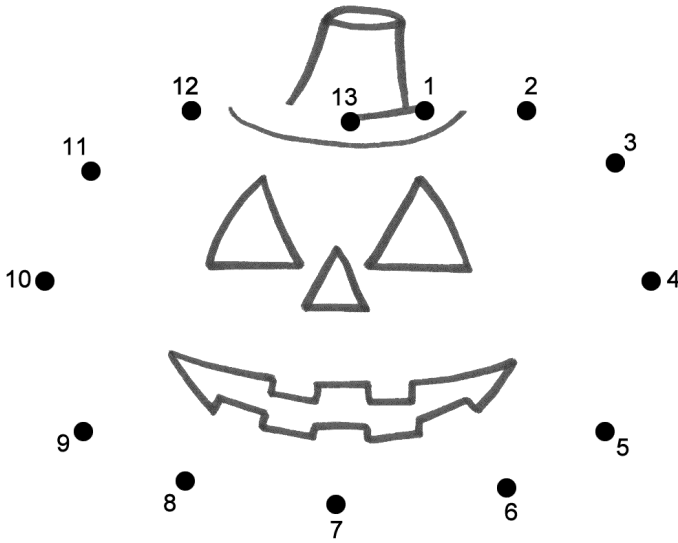
Gaan we samen heerlijk griezelen?  
Dan maken we er een **BIBBERENDE** Halloween van!



# Spelletjes



Verbind de opeenvolgende nummers:

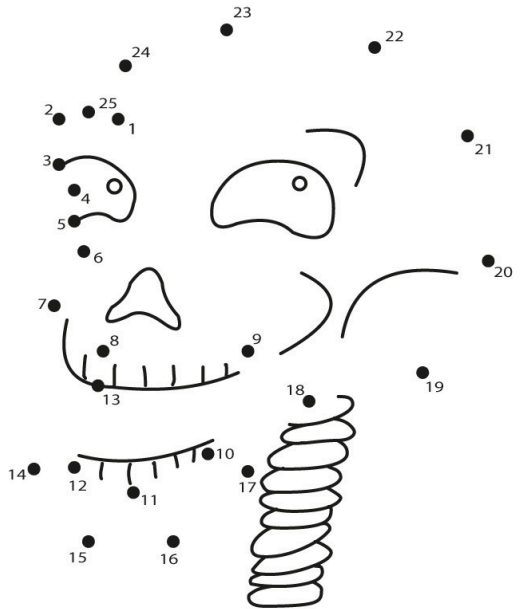


Wat zie je?

\_\_\_\_\_

Weet je wat dit is?

\_\_\_\_\_



Hoeveel spoken en pompoenen vind jij terug?



—

—

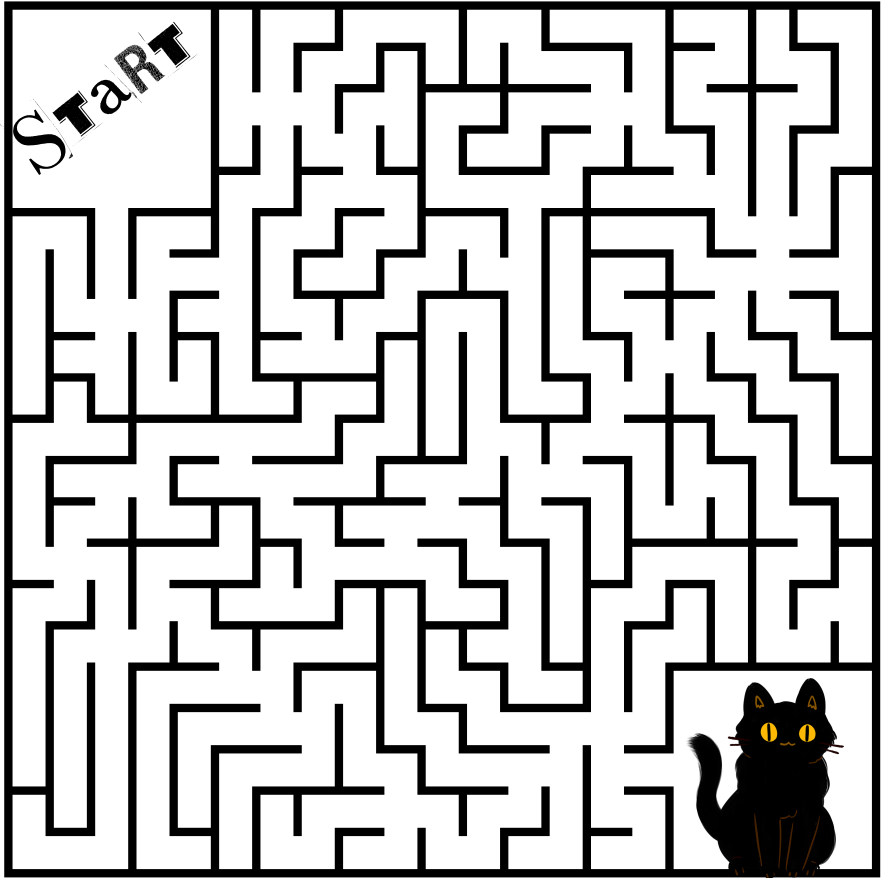


Vind jij de juiste schaduw van de heks?





Ik hoor Witje miauwen,  
maar zie haar niet. Kan jij  
me helpen haar te vinden?



Deze foto is in stukjes geknipt. Kan jij de stukjes terug in de juiste volgorde plaatsen? Gebruik hiervoor de nummertjes.



1



2



3



4



5





# Kleuren





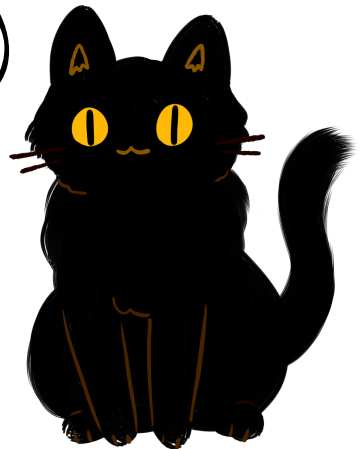
# BOOOO!





# Recepten

Kook je met  
me mee?



Leg de focus op het leuk samen koken of bakken.  
Het opeten of ervan proeven is een eventuele bonus!



# TOVERDRANKJE







## Wat heb je nodig?

- Grenadine
- Appelsiensap
- Pisang 0% (of Funny Pisang)



## Aan de slag!

-  Giet een bodempje grenadine in het glas.
-  Vul het glas verder aan met appelsiensap tot het ongeveer 2/3 vol is.
-  Eindig met nog een scheutje Pisang 0%.
-  **TIP:** Heb je graag een drankje in laagjes? Giet dan de appelsiensap en Pisang 0% over de bolle zijde van een lepel boven het glas.



# SPINNENSOEP



**DE SPINNEN**



**DE SOEP**



Het proefkonijn





# Wat heb je nodig?

## Voor de spinnen

- 500 g Gemengd gehakt
- 2 Eieren
- 60 g Paneermeel
- Spaghetti

## Voor de soep (4 personen)

- 1 kg Groenten
  - Voldoende rode en oranje groenten voor de kleur: tomaat, pompoen, ...
- 1 Ajuin
- 4 tenen Knoflook
- 1 L Groentebouillon  
(of 1 L water en 1 bouillonblokje)
- Olijfolie
- Snufje peper
- Snufje zout



## Aan de slag!



Kuis en snijd de groenten. Je moet ze niet te klein snijden: ze worden straks nog gemixt!



Stoof alle groenten, ajuin en knoflook in een grote kookpot met een scheut olijfolie.



Voeg de groentebouillon, het snufje peper en snufje zout toe.



Laat 15 minuten koken en mix alles fijn.



Meng het gehakt met de eieren en het paneermeel en rol het tot balletjes.



Voeg indien nodig extra paneermeel toe. Steek de spaghetti doorheen de balletjes om spinnen te vormen.



Breng de soep terug aan de kook en kook de spinnen minimum 5 minuten mee in de soep.



# HALLOWEENCHIPS



## Wat heb je nodig?

- 400 g Vastkokende aardappelen
- 2 eetlepels Olijfolie
- Kruiden naar keuze
  - Paprikachips: peper en zoete paprikapoeder
  - Bolognaisechips: zout, Italiaanse kruiden, paprikapoeder
  - Cheesy Onion chips: kaaspoeder en uienpoeder
- Optioneel:
  - Uitsteekvormpjes naar keuze.
    - Ik gebruikte volgende uitsteekvormen: pompoen en spook



## Aan de slag!



Was de aardappelen. Verwijder indien gewenst de schil.



Snijd de aardappelen in dunne plakjes (ongeveer 2-3 mm dik) met een scherp mes of mandoline.



Spoel de plakjes aardappel in ijskoud water.



Leg de plakjes open en dep ze droog.



Optioneel: Steek de gewenste vorm uit



Doe de plakjes in een kom en meng met de olijfolie en kruiden.



Leg de plakjes naast elkaar op bakpapier.



Bak ze 10 à 20 minuten in een voorverwarmde oven op 180°C tot ze krokant zijn.



## Wil je je kunstwerkje graag delen?

Stuur dan zeker een foto van jou met je kunstwerk door! Dat kan via Instagram, Facebook, Whatsapp, Messenger of via mail. Op de bladzijde hiernaast kan je alle contactgegevens en informatie terugvinden.

Is jouw kunstwerk enkel voor mijn oogjes of mag ik deze verder delen met de wereld? Laat dit ook zeker weten!

## Wat vond je van het boekje?

Laat ook zeker weten wat je vindt van het boekje. Zo kunnen wij voor een volgende editie alleen maar groeien en inspelen op jullie wensen!

Zie je graag een bepaald spel terugkomen of wil je van een deel meer of minder, heb je ideetjes voor thema's, ...? Alle feedback is zeker welkom!

## Nam je maar één boekje en willen broer of zus of vriendjes mee knutselen?

Neem dan zeker een kijkje op de website! Daar kan je het downloaden en zelf printen. Je vindt op de website ook de verbetersleutel terug.



Dit boekje werd gerealiseerd door  
**JOLIEN EGGERMONT**



 kinderdiëtiste\_auticoach

 jolien.dietiste@gmail.com

 Jolien Eggermont Kinderdiëtiste & Auticoach  +32 (0) 474/66.94.24

 [www.joliendietiste.be](http://www.joliendietiste.be)

Je kan me terugvinden bij



## COLOFON

**Dit boekje is een uitgave van Goanna BV onder de naam van Jolien Eggermont kinderdiëtiste en auticoach.**

**Verantwoordelijke uitgever:** Jolien Eggermont, bestuurder

De inhoud van dit boekje is eigendom van Goanna BV. Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de verantwoordelijke uitgever.

