

# KERSTBOEKJE



**VERBETTERSLEUTEL**

vol spelletjes en recepten



Auticoach  
Kinderdiëtist

Hey, ik ben  
**Ella.**



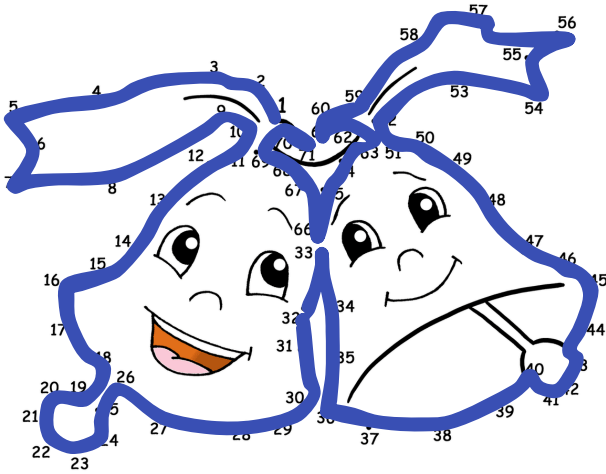
Hoi, ik ben  
**Rudolf.**

Wil je ons helpen om van het Kerstfeest een  
**SUUUPERVETTE PARTY** te maken?

# Spelletjes



Verbind de opeenvolgende nummers:

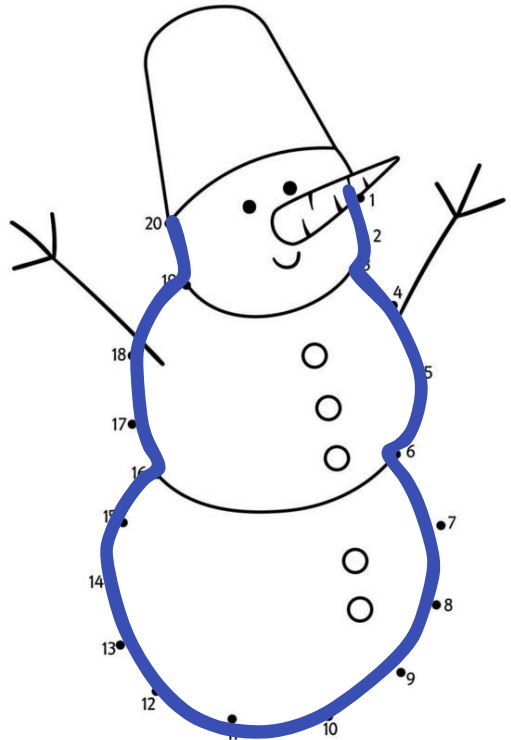


Weet je wat dit is?

KLOKKEN

Wat zie je?

SNEEUWMAN



Vind jij de 6 verschillen?



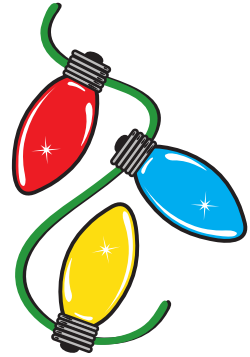
# Vind jij alle feestelijke woorden terug?

Zoekrichtingen:

- boven - onder
- links - rechts



CADEAU  
DESSERT  
ENGEL  
FAMILIE  
FEEST  
IJS  
KAARSJES  
KERSTBAL  
KRANS  
LICHTJES  
SLINGERS  
SNEEUW  
TAART  
VERSIERING  
WINTER





Z	L	V	T	S	E	E	F	E	F	N
M	C	E	B	A	I	Z	H	V	E	P
W	A	N	T	X	S	Q	E	E	X	Z
U	D	G	E	K	I	J	S	R	P	K
E	E	E	T	R	A	A	T	S	T	E
E	A	L	K	R	A	N	S	I	R	R
N	J	W	I	N	T	E	R	E	E	S
S	F	A	M	I	L	I	E	R	S	T
L	I	C	H	T	J	E	S	I	S	B
S	E	J	S	R	A	A	K	N	E	A
S	I	I	N	G	E	R	S	G	D	I

Mijn kerstbal is gevallen! Kan jij hem terug  
samenpuzzelen? Zet de cijfertjes in de juiste  
volgorde.



1

2

3

4

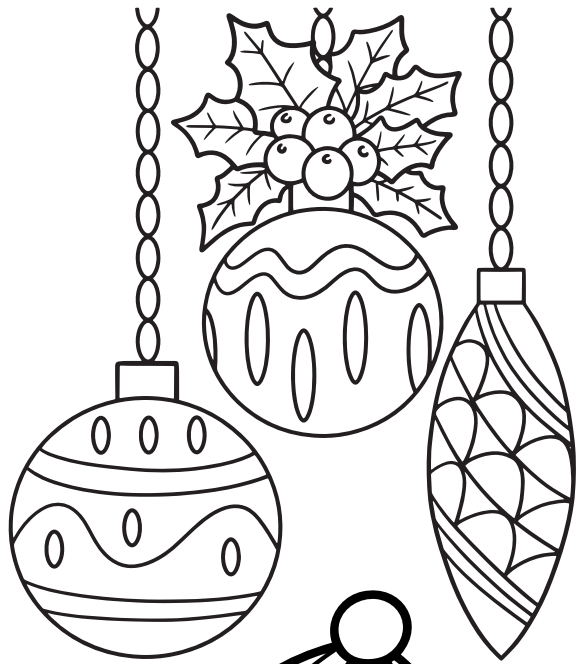
4   2   1   3





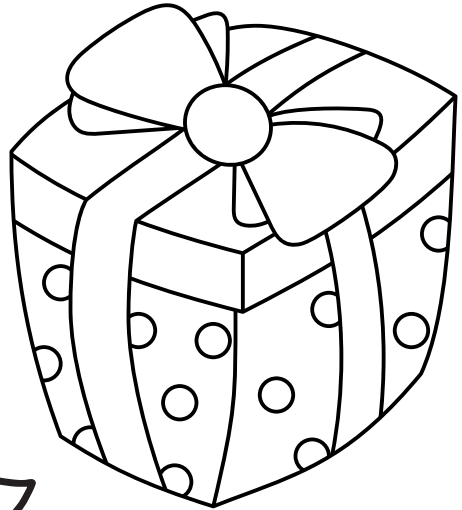
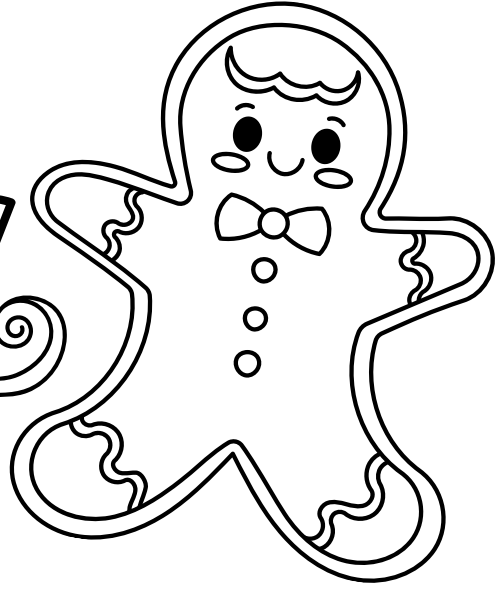
# Kleuren





# AAN TAFEL!





# 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!

# KERSTKOEKJES



Je kan je  
kleine held ook  
laten kleuren  
met eetbare  
stiften!



## Wat heb je nodig?

- 200 g Zelfrijzende bloem
  - 75 g Suiker
  - 1 Eidooyer
  - 1 zakje Vanillesuiker
  - 125 g Boter
  - 1 eetlepel Koud water
  - Uitsteekvormpjes in thema
  - Versiering naar keuze
- Ik koos voor:**
- Groene hagelslag + mini Smarties
  - Oranje sprinkels



## Aan de slag!

-  Meng de bloem, suiker en vanillesuiker onder elkaar.
-  Voeg de boter in blokjes en de eidooyer toe. Kneed alles tot een kruimelig geheel.
-  Voeg de eetlepel water toe en kneed verder. Als het te droog is, voeg je nog een eetlepel water toe. Is het te nat? Voeg nog een beetje bloem toe.
-  Wikkel een stuk plastic folie rond het deeg en plaats minimum een halfuur in de koelkast.
-  Rol het deeg uit en steek de gewenste vormpjes uit.
-  Bak de koekjes 15 minuten in een voorverwarmde oven op 175°C tot ze goudbruin zijn.
-  Laat afkoelen en versier!



# FEESTBROOD





## Wat heb je nodig?

- 300 g Bloem
  - 8 g Gedroogde gist
  - 1 koffielepel Zout
  - 1 eetlepel Fijne kristalsuiker
  - 2 eetlepel Olijfolie
  - 200 ml Lauw warm water
- Toppings naar keuze
- Ik koos voor:**
- Basilicumpesto
  - Mozzarella (geraspt)
  - Zongedroogde tomaten (fijngesneden)

## Aan de slag!



Doe de bloem, gist, het zout, kristalsuiker, olijfolie en water in een kom en kneed met een keukenrobot tot een soepel deeg. Dit duurt ongeveer 15 minuten.



Vet een kom in en laat het deeg 45-60 minuten rijzen of tot het deeg in volume verdubbeld is. Doe er een (propere) keukenhanddoek overheen tijdens het rijzen.



Leg een bakpapier op de bakplaat of gebruik een ingevette ovenschaal. Doe het deeg op de bakplaat of ovenschaal en duw de lucht eruit. Dek opnieuw af met een propere keukenhanddoek en laat nog eens 20-30 minuten rijzen.



Duw met je vingers kuiltjes in het deeg en beleg met de toppings naar keuze.



Verwarm de oven voor met boven- en onderwarmte op 200°C.

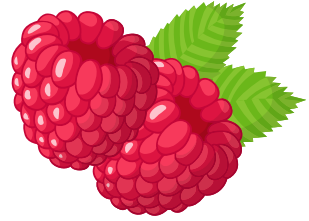


Bak het feestbrood in ongeveer 20 minuten gaar.



Serveer bij een soep, met een dip of olijfolie!

# APERITIEFJE



## Wat heb je nodig?

- Een glas naar keuze
- Ijsblokjes
- Sprite
- Bruiswater
- Frambozen



## Aan de slag!



Pureer of mix de frambozen tot een zachte puree.



Doe enkele ijsblokjes in het glas.



Doe 2 tot 3 koffielepels van de frambozenpuree in het glas.



Vul aan met bruiswater tot het glas tot de helft gevuld is.



Vul het glas nog verder aan met Sprite.



Versier eventueel met een suikerrand (voor je het glas vult), framboosje en/of limoenschijfje.

## Laat het smaken!

PS: Indien nodig kan je het aperitiefje nog door een zeefje gieten zodat je zeker geen stukjes framboos meer hebt!



## 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.