



HET RECEPT VAN MATEUSZ

“Een lekker en gezond hapje op een verjaardag. Je zult zien, de schaal is zo leeg.”

KOMKOMMER MET KRUIDENROOMKAAS

Ingrediënten voor 4 personen

- 1 komkommer
- Kruidenroomkaas

Bereiding

- Was de komkommer en snijd er plakken van 2 cm dikte van.
- Hol de plakken komkommer uit door

- de zaadjes in het midden eruit te halen met een klein lepeltje.
- Schep vervolgens met een klein lepeltje wat kruidenroomkaas in de komkommer.
- Laat het iets opstijven in de koelkast en serveer het op een schaal.

Komkommer bestaat uit 96% water en is daarmee de meest waterhoudende voedselsoort die er bestaat.