



Bekijk deze boodschappenlijst per ingrediënt. Als er dingen op staan die je al in huis hebt (bijv. Peper, zout), dan streep je deze af op de boodschappenlijst. In de winkel zoek je de ingrediënten van het boodschappenlijst bij elkaar. Neem een pen mee en streep de boodschappen die je gevonden hebt af. Zo weet je precies wat je al hebt en wat je nog moet hebben.

Boodschappenlijst Ham-groente quiche

- 5 plakken kant en klaar bladerdeeg
- 4 eetlepels olijfolie
- 100 gram gekookte ham
- ½ stronk broccoli
- ½ rode paprika
- 1 ui
- 1 teentje knoflook
- 100 milliliter volle melk
- 2 eieren
- 75 gram geraspte kaas
- 1 theelepel Peper
- ½ eetlepel gedroogde basilicum
- 2 eetlepels pijnboompitten