

SMIKKEL MET STOKJES

Wat heb je nodig voor een bakje hummus?

1 blik kikkererwten* (uitlekgewicht circa 250 gram)
 ½ teen knoflook
 ½ theelepel komijnpoeder
 1 citroen
 15 ml olijfolie

⌚ 30 min. bereiding

1



Maak het blik kikkererwten open. Giet het blik af boven een kom met behulp van een vergiet. Bewaar het vocht nog even! Pel de knoflook en snijd 'm heel klein.

2



Doe de kikkererwten, knoflook, kruiden en olie in een grote kom. Mix om de beurt met een staafmixer tot het een glad mengsel is. Voeg beetje bij beetje het kikkererwtenvocht toe tijdens het mixen.

3

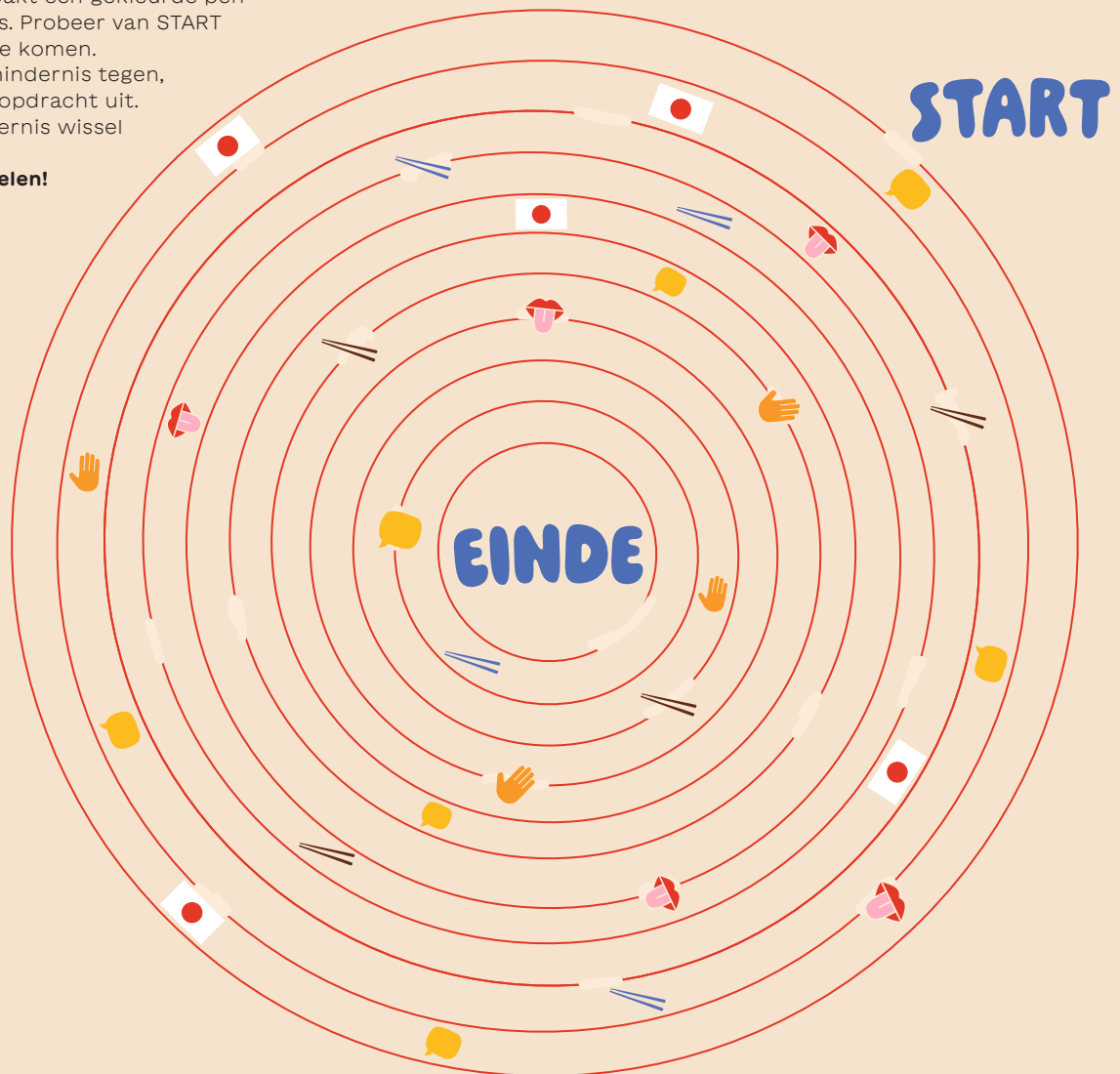


Pak nu de helft van de citroen en gebruik al je spierballen om het sap erin te knijpen. Mix nog eens goed en proef eens. Moet er meer citroensap bij? Jij bepaalt wat lekker is!

*zonder toegevoegd zout en suiker

DOOLHOF

- 1 Elke speler pakt een gekleurde pen en eetstokjes. Probeer van START naar EINDE te komen.
 - 2 Kom je een hindernis tegen, voer dan de opdracht uit.
 - 3 Na elke hindernis wissel je van beurt.
- Smakelijk spelen!**



Hindernissen



In Japan maken ze als dank een kleine buiging voor het eten. Maak een buiging voor je verder gaat.



Pak een stukje sushi met je stokjes en smul lekker op!



In veel Aziatische landen eten ze met hun rechterhand. Gebruik nu eens je linkerhand en probeer een stukje sushi op te pakken met stokjes.



Pak samen één stukje sushi: jij gebruikt één stokje, je buurman de andere.



Roep itadakimasu en neem een hap. Zo zeggen ze in Japan: bedankt voor het eten! Je spreekt het uit als 'ie-ta-da-kie-mas'.



Laat horen hoe lekker jouw sushi is met een smakkend geluid. In Japan en China is dat niet gek!