23 februari 2015
Issue 13

Cocina Aventura
Calle Guillem Martí 1
07350 Binissalem
Tel. 971-886 438

Openingstijden: ma t/m vr.
10.00-13.30 & 17.00-20.00
(Winter: 17.00-19.30 uur)
zaterdag 10.00-13.30

www.cocina-aventura.com
info@cocina-aventura.com



Nieuwsbrief

In dit nummer:

Ontbijt Special 1

Koninklijk beschuit 1

Oude bekenden en nieuwkomers 2

Havermout 2

Wie is er niet groot mee geworden! 2

Ontbijt Special

Ontbijt als een Keizer, lunch als een Koning en dineer als een bedelaar. Wij Nederlanders zijn niet gewend aan een zwaar ontbijt. Maar onze Engelse buren lusten er wel (havermout) pap van! Zij starten hun dag als een Keizer met eieren, spek en worstjes!

Het Nederlandse ontbijt is dan minder heftig, maar we hebben wel een ruime keuze aan ontbijtproducten tot onze beschikking.

Hoe groot die keuze is besef je pas als je Nederland uitgaat en je je tevreden moet stellen met een sneetje Bimbo brood met jam of ham.

In deze ontbijtspecial zetten we een aantal Oer Hollandse ontbijtproducten in het zonnetje. Dat hebben zo ook verdiend, want veel producten hebben een historie die meerdere generaties beslaat.

Denk hierbij aan het beschuit van Bolletje of Verkade en aan de Brinta pap.

Of de ontbijtkoeken van Peijnenburg of Bussink en de Matzers van Hollandia.

Er zijn ook van die typische soorten broodbeleg zoals gestampte muisjes, leg dat maar eens uit aan je Spaanse buurvrouw!

Eén ding is zeker, de meeste producten gaan generaties terug maar zullen ook de komende generaties verblijden met een lekker en typisch Hollands ontbijt!

Ontbijt als een Keizer, lunch als een Koning, dineer als een Bedelaar!

Koninklijk Beschuit

Wist u dat beschuit twee keer gebakken wordt? Eerst bakt de bakker een broodje: de beschuitbol. Dan snijdt de bakker de bol door en bakt de twee helften nog een keer. In het verleden was de naam voor beschuit dan ook 'tweebak'.

Vroeger at de bemanning van de koopvaardijschepen de (scheeps) beschuiten in grote aantallen. Die werden per 100 stuks verpakt. Thuis werd de verpakking tweemaal gehalveerd naar 25 stuks.



Toen de 25 stuks gehalveerd moest worden, ontstond er een dilemma. Het werd naar boven afgerond: dertien dus. Hiervan is ook het spreekwoord 'dertien in een dozijn' afgeleid.

Oude bekenden en nieuwkomers



Brinta pap is een oude bekende. Nieuw is het Brinta drinkontbijt: "Wake up"! Snel, gemakkelijk en voedzaam!

De WASA crackers zijn oude bekenden. Nieuw zijn de luchtige ontbijtcrackers van LU: de "Cracottes". Boordevol granen, die volgens LU, tegenwoordig op geen enkele ontbijttafel meer mogen ontbreken.

Zowel hartig als zoet belegd is Cracotte heerlijk genieten voor het hele gezin. Wij hebben de naturel en de volkoren crackers op voorraad.



Ook in de wereld van broodleg zijn er nieuwkomers: Schuddebuikjes! Bolletje heeft kleine speculaasjes gemaakt die je op je boterham kunt strooien.



Havermout



De Engelsen hebben naast hun eieren, spek en worstjes ook een lichtere favoriet: Porridge.

Havermout is een superfood!
Boordevol met GOODIES: zeer vezelrijk, cholesterol verlagend en verzadigend.

Warm met gekookte melk of koud met yoghurt.

Als variatie kunt u een paar schepjes rozijnen, cranberry's of amandelmeel toevoegen. Zoet het met een beetje Stevia of honing en je hebt een superontbijt!

Natuurlijk zijn er ook kant en klaar producten. Het merk Barnhouse heeft verschillende krokante varianten: Havermout naturel, muesli, havermout appelkaneel, bosvruchten of met chocolade.



Wie is er niet groot mee geworden!



Er zijn ook ontbijtproducten die een herinnering oproepen. Als je aan Calvé pindakaas denkt! Je ziet meteen de kleine Evert van Benthem weer op het bruggetje zitten met z'n boterham met pindakaas.

Ja inderdaad, "Wie is er niet groot mee geworden".



Pindakaas heeft een uitstekende vetzuursamenstelling en bevat veel vitamine E, wat goed is voor de opbouw en bescherming van de spieren. Vitamine E ondersteunt tevens de cognitieve functies in de hersenen waarmee het geheugenverlies tegengaat.

Fotos:www.beeldengeluidwiki.nl foto