

Kaasplankje



Nagerecht, anders



Bereidingstijd: 10 minuten



Aantal personen: 6

Bereiding

Het perfecte kaasplankje bestaat niet. Wij selecteerden een paar lekkere kaasjes met bijgerechtjes, maar ga vooral lekker zelf aan het combineren. Je kunt bijvoorbeeld kiezen voor een land als thema, bijvoorbeeld een Frans of Zwitsers kaasplankje.

Er zijn een paar dingen waar je aan moet denken bij het samenstellen van je eigen kaasplankje:

Kies minimaal 3 verschillende kaassoorten.

Kies kazen met een verschillende structuur, kleur en smaak.

Neem per persoon ongeveer 80 - 100 gram kaas.

Haal de kazen twee uur van te voren uit de koelkast, dan komen de smaken goed tot zijn recht!

Leg de kazen op volgorde van mild naar pittig.

Vul het kaasplankje met verschillende soorten (ambachtelijk) brood, chutneys en compotes

Serveer op een grote houten plank.

Gebruik voor ieder kaasje een ander mes.

Ingrediënten

camembert 30+

Friese nagelkaas 40+

blauwaderkaas naar keuze

geitenkaas naar keuze

Parmezaanse kaas

Lekker met:

diverse soorten fruit, zoals:
druiven, aardbeien en vijgen

ongezouten noten

toastjes

diverse chutneys

Voedingswaarden per persoon



Afhankelijk van de gekozen kazen

Meer lekkere en gezonde recepten?

Ga naar www.diabetesfonds.nl/recepten