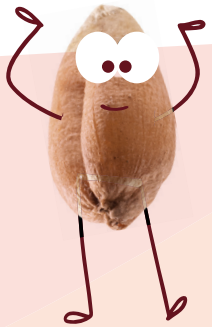
5 TIPS om langer van brood te genieten.

1. Bewaar brood op een donkere plek bij kamertemperatuur (20 °C)
2. Prik kleine gaatjes in de plastic broodzak voor luchtcirculatie
3. Vries brood in op minimaal -18 °C, liefst in een volle vriezer
4. Verwarm ouder ongesneden brood 5-7 min. op 200 °C in de oven
5. Rooster je oude boterham in een broodrooster of in de pan



brood.net
alles over brood

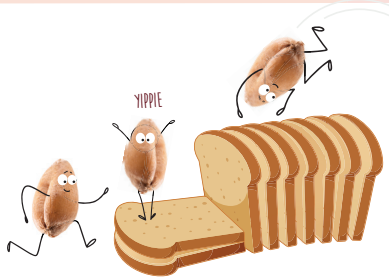
brood.net @broodnet info@brood.net

BROOD VERSPILLEN?
Broodzonde!

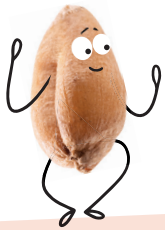
Iedere dag belanden er zo'n **350.000** broden in de prullenbak bij mensen thuis. Dat zijn **8,5 miljoen boterhammen!**

Brood is het meest verspilde product in Nederland.
Help jij mee tegen voedselverspilling?

De wereld achter brood



Vanaf het zaadje in de grond tot aan de winkel is ieder brood 8 maanden onderweg. Hoe dat eruit ziet?



Koken met oud brood

ONTBIJT: French Toast

1. Maak een beslag van 3 eieren, 1 el slagroom, 1 el honing, 1 tl vanille extract, 1 tl kaneel, 1/2 tl kardemom en 1/2 tl gember.
2. Verhit een koekenpan met boter. Haal 4 boterhammen door het beslag. Bak ze om en om bruin.
3. Smelt de chocolade in een hittebestendige kom boven een pannetje kokend water. Serveer met schijfjes banaan en de gesmolten chocolade.

LUNCH: Toast Gezond

1. Kook 150g tuinbonen 5 minuten in een pannetje water. Laat ze afkoelen en haal de buitenste velletjes er vanaf. Prak ze grof en verkuimel er 75g feta over.
2. Rooster 4 sneeën brood in de broodrooster of pan.
3. Beleg ze met bonen/feta mengsel, plakjes aardbei, basilicum en druppels balsamico.

AVONDETEN: Broodschotel

1. Verwarm de oven op 180°C.
2. Fruit 2 fijngesneden uien. Voeg 2 geperste teentjes knoflook en 1/2 courgette in blokjes toe en bak deze kort kort mee. Doe er 200g kidneybonen en 1 blik (400g) tomatenblokjes bij.
3. Snijd 2 boterhammen in blokjes en doe ze in een mengsel van 150ml melk, Italiaanse kruiden, peper en zout, 3 eieren en 75g geraspte cheddar kaas.
4. Doe beide mengsels bij elkaar in een ovenschaal en bedek met stukjes mozzeralla (1 bol) en 75g cheddar kaas.
5. Bak de broodschotel 30 min op 180°C.