

### Kleur in de keuken

Gezond eten wordt wel eens 'groen' genoemd. En het klopt: groen van groente en fruit is een rijke bron van vitamines, mineralen en antioxidanten. Augustus is een maand waarin kleurrijke groentes en fruitsoorten volop aanwezig zijn.

De mooie felle kleuren van groente en fruit zijn niet alleen gezond maar ook decoratief en maakt een mens ook nog eens vrolijk!



#### Vijgen

De vijgen die in Nederland verkrijgbaar zijn komen vooral uit het Zuid-Europa of uit Brazilië. Turkije is de grootste producent van vijgen. Zowel de pitten als het vruchtvlees kunnen we consumeren. Ze zijn van nature lekker zoet en aromatisch. Daarom heerlijk te combineren met gorgonzola of geitenkaas, maar kunnen ook prima met bacon of rauwe ham.

**Artikelnummer 7520 (doos)**

**Artikelnummer 7521 (stuk)**

#### Paarse bloemkool

Paars, groen of wit.. bloemkool is verkrijgbaar in verschillende kleuren. De mooie paarse variant is niet alleen heel smakelijk maar staat ook nog eens ontzettend vrolijk in een gerecht. Paarse bloemkool verliest zijn kleur tijdens het koken. Om dit te voorkomen besprenkel je de bloemkool voor bereiding in een badje met water en azijn. Kies anders om deze variant te roerbakken en zorg voor een gloeiend hete pan. Momenteel is de groene variant, Romanesco ( het neefje van de bloemkool) ook volop verkrijgbaar. Lekker knapperig en mooi van vorm.

**Artikelnummer Paarse Bloemkool 3042**

