

## Gewichtsconsulente

Marian Teunissen



- Begeleiding bij gewichtsproblemen
- (Sport)Voedingsadvies
- Leefstijlcoach

Laan van Broekpolder 307  
1967 KG Heemskerk  
06 – 51 01 99 44

[www.marianteunissen.nl](http://www.marianteunissen.nl)  
[info@marianteunissen.nl](mailto:info@marianteunissen.nl)

### **Kaasfondue**

2 personen

#### Ingrediënten:

150 g Emmentaler  
200 g Gruyère  
1 el olijfolie  
1 ui, gesnipperd  
1 teentje knoflook, fijngesneden  
1 flinke tomaat, in kleine stukjes gesneden  
150 ml droge witte wijn  
1 el maïzena  
versgemalen peper

#### Bereiden:

Rasp de kazen. Doe de olijfolie in een pan en fruit de ui en de knoflook. Voeg de stukjes tomaat toe en vervolgens al roerend de kaas (in porties) en laat het smelten. Leng de maïzena aan met een beetje van de witte wijn en voeg toe aan de kaas. Breng de fondue al roerend aan de kook voeg de rest van de witte wijn toe, breng op smaak met peper. Je kunt de fondue in de pan serveren met bijvoorbeeld brood, blaadjes witlof, bleekselderij, paprika, komkommer en/of cherytomaatjes.

Ik heb pistoletjes opgewarmd in de oven het kapje eraf gesneden en de broodjes iets uitgehold, vervolgens heb ik de fondue in het broodje geserveerd met kleine tomaatjes en plakjes komkommer.