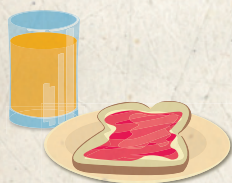


WAT EET JIJ?

Wat is jouw favoriete snack? Brood met chocoladevlokken? Chips of popcorn? Heel veel kinderen die in andere werelddelen leven, hebben waarschijnlijk nog nooit van jouw lievelingseten gehoord. Ontdek wat kinderen in India en Rwanda eten.

ONTBIJT



Boterhammen met kaas, hagelslag of jam, met een glas melk of sap.

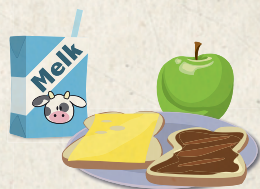


Idli [It-lie] of appam, een pannenkoek van rijst en linzen, geserveerd met sambar (curry pasta) of suiker en chai [tsjai], zwarte thee met kruiden en soms melk.



Thee met eventueel melk.

TUSSEN DE MIDDAG



Boterhammen met kaas, en chocopasta, een appel of banaan en melk of sap.



Rijst met tomaten rasam (een soort soep uit het zuiden van India), vis curry met water.



Aardappelen met groenten en water.

TUSSENDOORTJE



Koekreep of wat fruit.



Brood en chai.



Een halve banaan en thee.

AVONDETEN



Macaroni met tomatensaus en gehakt. Met wat groente en water of melk.



Paratha [pA-rat-A], een Indiase broodsoort dat lijkt op tortilla's, kip curry met aardappelen, komkommer pacradi (komkommersalade met yoghurtsaus) en water.



Isombe [ie-SOM-bee], een vegetarische stoofpot met casavebladen, aubergine, uien en paprika, gekookt in een saus van palmolie, en water.

NEDERLAND

INDIA

RWANDA