



**MEER WAARDE
UIT VIS.**

**EEN MOOIE VIS TREKT DE
AANDACHT. DE SMAAK ZORGT
ER VOOR DAT ZE TERUGKOMEN.**

VAN VIS NAAR MAALTIJD. MEER WAARDE TOEVOEGEN BEGINT MET SMAAK.

Consumenten zoeken gezond én gemak. **Speel daarop in.** Met **123Meals** combineer je verse vis met een Degens-kruidenmix, marinade of saus. Zo maak je in **3 eenvoudige stappen** onderscheidende maaltijden die klanten verrassen én laten terugkomen.



DE KLANT WIL

Nieuwe smaken ontdekken

Gezond eten



Thuis eenvoudig een lekkere maaltijd bereiden

Snel kunnen kiezen

DE NIEUWE ROL VAN DE VISSPECIALIST

JE BIEDT

- VERSE VIS
- VAKMANSSCHAP
- PERSOONLIJK ADVIES
- COMPLETE MAALTIJD
- ONDERSCHIED



Verrassen

Gemak bieden

Ontzorgen

Inspireren

Adviseren

Een consument koopt geen kruidenmix, geen saus en geen marinade.

DE CONSUMENT KOOPT EEN SMAAKVOLLE MAALTIJD DIE TIJD BESPAART ÉN INSPIREERT.



DE SMAAK MAAKT HET VERSCHIL.

Kruidenmixen

Authentieke
smaken

Internationale
keukens

Herkenbare
smaakbeleving

Marinades

Meer
smaak

Minder
handelingen

Aantrekkelijke
presentatie

Sauzen

Complete
maaltijd

Meer
variatie

Eigen
signatuur

WIST JE DAT...



VAN DE VIS THUIS
WORDT GEGETEN

KANT-EN-KLARE MAALTIJDCONCEPTEN

worden door de visbranche
gezien als een belangrijke
groeikans voor de toekomst.



WAAROM KIEZEN CONSUMENTEN VOOR VERSE VIS MAALTIJDEN.



GEMAK



GEZOND



SMAAKBELEVING



VERS &
VERTROUWD



COMPLETE
MAALTIJD



"Een complete maaltijd verkoopt
meer dan een los ingrediënt"

MEER SMAAK = MEER ONDERSCHIED = MEER WAARDE

DE MAKKELIJKSTE MANIER NAAR MEER WAARDE.

Met **123Meals** maakt je in **3 eenvoudige stappen** complete vismaaltijden die opvallen in de toonbank én zorgen voor meer omzet.

WAT KAN JE VERWACHTEN

- Recepten voor elk seizoen
- Professionele productfoto's
- Bereiding in 3 eenvoudige stappen
- Inzicht in kostprijs en marge
- Persoonlijke begeleiding op locatie

3 SIMPELE STAPPEN



Voorbeeldcalculatie

+/- €3,50
incl. verpakking

450GR 450 gram

ca. 55%

±€7,50

= ca.

Alle maaltijden zijn berekend o.b.v.
ca. 25% vis, schaal- of schelpdier.

Ontdek hoe 123Meals meer
uit je visassortiment haalt.
Vraag je vertegenwoordiger
naar een gratis demo.



de maaltijdsaus
van Degens



de kruiden
van Degens

ALLES BINNEN HANDBEREIK MET QUALITY GUARD.

Met Quality Guard heb je alle informatie rondom 123 Meals altijd direct bij de hand.

Van recepten en bereidingsinstructies tot voedingswaarden, allergenen en productspecificaties: alles is centraal beschikbaar. Ook etiketten en eindproduct specificaties genereer en print je eenvoudig in slechts enkele klikken. Zo werk je sneller, voorkom je fouten en voldoe je moeiteloos aan de geldende informatie- en etiketteringseisen. Zo weet je precies wat een gerecht oplevert en voorkom je verrassingen achteraf.

DE VOORDELEN OP EEN RIJ:

- ✓ Kostprijs
- ✓ Verkoopprijs
- ✓ Margeberekening
- ✓ Receptbeheer
- ✓ Etiketten volgens wetgeving

**QUALITY
GUARD**



SAMEN NAAR EEN SUCCESVOL MAALTIJD- CONCEPT. JE STAAT ER NIET ALLEEN VOOR.

Onze demochef helpt je graag op locatie met:

- Receptontwikkeling
- Bereidingsadvies
- Presentatie in de toonbank
- Training van je team
- Praktische verkooptips

Samen maken we met verse vis een onderscheidend maaltijdconcept.

WAAROM DIT BETER WERKT

- 1. Tijdsgebrek** Geen lange uitleg, maar direct naar de kern.
- 2. Rendement** Meerdere keren komt "meer omzet", "marge" en "waarde" terug. Dat is waar visspecialisten op aanslaan.
- 3. Onzekerheid** "Je staat er niet alleen voor." Dat verlaagt de drempel om met een nieuw concept te starten.

Ontdek 123Meals op de werkvloer. Plan vandaag nog een gratis demo.



**BOEK NU UW
GRATIS DEMO!**



voor elke klant een passende smaakervaring

Doelgroep

- Millennials & Gen Z ••• **De Avontuurlijke Verkenner**
Op zoek naar nieuwe smaken en wereldse gerechten.
Kiest bewust, snel én trendy.
- Ouderen (65+) ••••• **De Traditionele Genieter**
Houdt van herkenbare smaken en ambachtelijke kwaliteit.
Vertrouwt op de vakman.
- Flexitariërs ••••••• **De Bewuste Balanszoeker**
Eet met aandacht, zoekt balans tussen plantaardig
en dierlijk. Duurzaam en smaakvol.
- Gezinnen ••••••••• **De Familie Maaltijdplanner**
Stuurt de maaltijdplanning, kiest voor gemak
en smaak die iedereen lust.
- Drukke werkende/ tweeverdieners •••• **De Efficiënte Planner**
Wil snel iets gezonds en lekkers op tafel.
Houdt van overzicht en gemak.
- Gezondheidsbewuste sporters •• **De Krachtige Kiezer**
Voeding als brandstof. Hoog in eiwitten,
laag in rompslomp.

18-35 jaar



Koopgedrag

Weinig tijd, maar open
voor experiment

- Kopen in kleine hoeveelheden
- Zijn gevoelig voor trends
en internationale keukens
- Eten vaak buiten de deur óf bestellen



Verwachting

- World food vibes, kleurrijke gerechten
- Instagramwaardig
- Duidelijke productinformatie
(is dit vega, spicy, etc.)

Smaak-/maaltijdsuggesties

- Zalm wrap
- Gele curry zeewolf

De Avontuurlijke Verkenner

Op zoek naar nieuwe smaken
en wereldse gerechten.
Kiest bewust, **snel** en trendy.



Levensfase

& Waarden

Studenten,
jong werkende,
starters

Smaakbeleving,
duurzaamheid
gemak





De Krachtige Kiezer

Voeding als brandstof.
Hoog in **eiwitten**,
laag in vetten



20-50 jaar

Levensfase & Waarden

Gezondheid eiwitten
voeding als brandstof

Actieve levensstijl,
alleenstaand
of samenwonend

Verwachting

- Magere eiwitrijke maaltijden (kip, vis, peulvruchten)
- Niet te vet, weinig suiker, heldere ingrediëntenlijst
- Bereiding moet **snel** kunnen (magnetron of oven)

Smaak-/maaltijdsuggesties

- Pinsa bruschetta tonijn
- Diaboliek gamba pasta
- Koreaanse gamba noodles

Koopgedrag

Meal preppen of snelle, voedzame maaltijden na het sporten

- Leest etiketten, telt macro's (eiwitten, koolhydraten, vetten)
- Kiest bewust voor **vers, mager vlees** of vis, groenten en complexe koolhydraten
- Kiest eerder voor een visspecialzaak of verswinkel dan supermarkt vanwege vertrouwen in kwaliteit

De Familie Smaakplanner

Stuurt de maaltijdplanning, kiest voor **gemak en smaak** die iedereen lust

Levensfase & Waarden

Druk gezinsleven,
jonge kinderen

Gezinsvriendelijk,
voedzaam,



Verwachting

- **Geen scherpe of exotische smaken**
- Makkelijk te combineren met pasta, aardappel of rijst
- Goed op te warmen

Smaak-/maaltijdsuggesties

- Zalm lasagna
- **Indonesische rendang victoriabaars**

30-45 jaar



Koopgedrag

Tijd is beperkt;
doordeweeks vooral snel en efficiënt

- **Kopen in grotere porties** (voor 2-4 personen)
- Houden van herkenbare smaken waar kinderen niet over klagen
- Letten op prijs en portiegrootte





De Traditionele Genieter

Houdt van herkenbare smaken en **ambachtelijke** kwaliteit. Vertrouwt op de vakman.



Koopgedrag

Beperkte energie of motivatie om te koken

- Kopen vaak bij vaste versspecialisten
- Vinden hygiëne, versheid en vriendelijkheid belangrijk dan prijs
- Houden van duidelijke communicatie: Wat zit erin, wat kost het?

Verwachting

- Klassieke smaken
- Zachte texturen, niet te pittig
- Eenvoudige bereiding (lieft magnetron)

Smaak-/maaltijdsuggesties

- Kabeljauw chimchurri
- Groene curry roodbaars nasi



30-55 jaar

1-2-3-meals

65-85 jaar

Koopgedrag

Snel, liefst zonder gedoe

- Kopen kant-en-klaarmaaltijden als week opvulling
- Hebben oog voor presentatie en verpakking
- Zien luxe convenience als nuttig

Levensfase

& Waarden

Gepensioneerd, alleenstaand of met partner

Herkenning, eenvoud, kwaliteit



Smaak-/maaltijdsuggesties

- Taboulet sajoer zeevruchten
- Zeebaars pasta portofino

De Efficiente Planner

Wil snel iets gezonds en lekkers op tafel. Houdt van **overzicht** en gemak.

Levensfase

Fulltime werkende, vaak zonder kinderen of met oudere kinderen

Tijdwinst, kwaliteit, smaak

Verwachting

- Goede portie voor 1 à 2 personen
- Wereldse smaken met wat pit
- Luxe uitstraling zonder ingewikkelde bereiding





WERELDSE SMAKEN. VERRASSEND EENVOUDIG.

De Nederlandse consument eet steeds internationaler. Van Italiaanse klassiekers tot Aziatische streetfood en kruidige curries: wereldse smaken inspireren en zorgen voor afwisseling. Met de smaakoplossingen van Degens vertaal je deze trends eenvoudig naar jouw visassortiment.

WIST JE DAT....

- Wereldse smaken zorgen voor meer variatie in de toonbank.
- Met één basissaus creëer je meerdere verschillende gerechten.
- Consumenten kiezen steeds vaker voor herkenbare internationale smaken.

MEER WAARDE UIT VIS.
IN SMAAK EN RENDEMENT

RECEPTEN

GAMBA SAJOER
ZEEBAARS PORTOFINO
ZALM LASAGNE
TONIJN PINSA BRUSCHETTA
VICTORIABAARS RENDANG
ZEEVRUCHTEN TABOULE SAJOER
ZEEWOLF GELE CURRY
ROODBAARS GROENE CURRY
GAMBA DIABLO
GAMBA KOREAANS
KABELJAUW CHIMICHURRI
ZALM WRAP PORTOFINO
VICTORIABAARS SAJOER

11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23



GAMBA SAJOER

INGREDIËNTEN

- 2,5 kg Udon noedels
- 1 kg Losse rauwe garnalen gepeld z/kop
- 1 kg **SAJOER SAUS ZHERO**
AW14259-01
- 600 gr Bimi
- 400 gr Paprika geel
- 400 gr Sugar snaps
- 30 gr **VISKRUIDENMIX AD01295-01**
- 10 gr Bosui of lente-ui
- 5 gr Rode pepers

DE MAALTIJD KAN WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️



BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Kruid de gamba's met de **VISKRUIDEN** en bak ze kort aan in een voorverwarmde oven 180 °C max 3 minuten afhankelijk van dikte van de gamba en koel direct terug.

STAP 2 Blancheer of stoom de bimi, paprika en de sugar snaps, spoel ze koud en laat uitlekken. Haal de Udon noedels uit de verpakking en maak ze los. Meng de Udon noedels en de groenten met de **SAJOER SAUS ZHERO** tot de saus er mooi omheen hangt, wentel de gamba's ook losjes door de saus.

STAP 3 Vul een bakje met de Udon noedels en alle groenten, dresseer de gamba's erop en decoreer met ringetjes gesneden bosui en rode peper.

RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de gamba's door zalmblokjes, kipdijfilet of een zeevruchtenmix.
- Voeg geroosterde cashewnoten of sesamzaad toe voor extra bite.
- Garneer met koriander, bosui en een partje limoen.



Calculatie



€4,24

incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€9,45



= ca.



De **Avontuurlijke**
Verkenner

18-35 jaar



PORTOFINO ZEEBAARS

INGREDIËNTEN

1 kg	Zeebaarsfilet kweek met vel
1,5 kg	SPIRELLI MAISON Z/MSG JX11839-01
500 gr	PORTOFINO SAUS AW10980-01
20 gr	VISKRUIDENMIX AD01295-01
3 kg	Water
500 gr	Doperwt
500 gr	Asperge
250 gr	Zongedroogde tomaten
5 gr	Basilicum

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Meng de **SPIRELLI MAISON Z/MSG** met koud water en plaats deze 4 uur in de koeling. Bestrooi de zeebaars met **VISKRUIDENMIX** en gaar de vis op **62 °C** gedurende **20-25 minuten**, afhankelijk van de dikte van de filet of portionering. Koel vervolgens terug.

STAP 2 Blancheer de groene asperges kort en meng de pasta met de asperges, doperwt, zongedroogde tomaten en **PORTOFINO SAUS**.

STAP 3 Verdeel de pasta over de maaltijd-bakjes, leg de zeebaars erop en garneer met verse basilicum.

RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de zeebaars door zalm, kabeljauw of gamba's.
- Voeg geraspte Parmezaanse kaas en geroosterde pijnboompitten toe.
- Garneer met basilicum en een halve zongedroogde tomaat.

DE MAALTIJD KAN WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️



Italië

Calculatie



€4,12

incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€9,25



= ca.



80



30-55 jaar



De **Efficiente**
Planner



ZALM LASAGNE



Calculatie



€4,91
incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€9,95



= ca.



Italië

INGREDIËNTEN

500 gr Zalmfilet zonder vel
1 kg **WITTE BASIS CREME SAUS/
SOEP A405700-03**
500 gr **SUGO ITALIANO SAUS
AW08005-02**

500 gr Courgette
350 gr Mozzarella
250 gr Lasagna bladen
10 gr Basilicum

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Snijd de zalm en courgette in dunne plakjes. Bereid tevens de overige ingrediënten voor.

STAP 2 Leg een laag lasagnebladen in een ovenschaal of GN-bak. Verdeel hierover plakjes zalm, **SUGO ITALIANO SAUS**, courgette, **WITTE BASIS CREME SAUS/SOEP** en geraspte mozzarella. Herhaal deze opbouw totdat drie lagen zijn gevormd. Bak de lasagne circa **45 minuten op 160 °C**. Laat vervolgens afkoelen en portioneer in de gewenste portiegrootte.

STAP 3 Verdeel de porties over de maaltijdbakjes of serveerschalen en garneer met verse basilicum.



RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de zalm door kabeljauw of combineer zalm met garnalen.
- Voeg gegrilde courgette of spinazie toe tussen de lagen.
- Garneer met basilicum en geraspte Parmezaanse kaas.

DE MAALTIJD KAN WORDEN
INGEVROREN IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

De **Familie**
Smaakplanner



30-45 jaar



TONIJN PINSA BRUSCHETTA



1-2-3
meals



Italië



INGREDIËNTEN

- 80 gr Tonijn in olie
- 10 gr **BRUSCHETTA STRIJKMARINADE ZHERO AW14169-01**
- 100 gr Pinsa
- 60 gr Mozzarella

- 50 gr Olijvenmix
- 20 gr Kappertjes

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Laat de tonijn uitlekken. Bestrijk de pinsa met **BRUSCHETTA STRIJKMARINADE ZHERO** en verdeel de tonijn gelijkmatig over de pinsa.

STAP 2 Verdeel de mozzarella, olijvenmix en kappertjes gelijkmatig over de pinsa.

STAP 3 Bak de pinsa in een voorverwarmde oven op 180 °C gedurende 8 à 10 minuten totdat de mozzarella mooi is gesmolten. Garneer voor een smakelijke presentatie.

RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de tonijn door gerookte zalm, makreel of warmgerookte forel.
- Voeg zongedroogde tomaten of extra mozzarella toe voor een rijkere Italiaanse smaak.
- Garneer na het bakken met verse rucola en basilicum voor een ambachtelijke uitstraling.

Calculatie



€3,89
incl. verpakking



315 gram



ca. 55%



€8,45



= ca.



250

DE MAALTIJD KAN
WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

20-50 jaar

De **Krachtige**
Kiezen



VICTORIABAARS RENDANG

INGREDIËNTEN

1 kg Victoriabaars
50 gr DRY GLAZE INDONESISCH ZHERO AD07441-01
500 gr INDONESISCHE RENDANG SAUS ZHERO AW12602-01
1 kg INDISCHE RIJSTMIX JX07124

500 gr Sperziebonen
500 gr Wortel
10 gr Rode pepers
10 gr Bosui of lente-ui

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Kruid de victoriabaars met DRY GLAZE INDONESISCH ZHERO en gaar de vis circa 25 minuten op 64 °C, totdat deze gemakkelijk uit elkaar valt.

STAP 2 Meng 1 kg INDISCHE RIJSTMIX met 1,4 liter water in een 1/1 gastronormbak. Gaar gedurende 20 minuten in de Rational op 100% vocht/stoom, voor een eindgewicht van circa 2,4 kg en een zachte korrel. Blancheer ondertussen de sperziebonen en wortel kort en koel direct terug, of gebruik diepvries groenten.

STAP 3 Meng de victoriabaars en de groenten met INDONESISCHE RENDANG SAUS ZHERO. Verdeel de INDISCHE RIJSTMIX over de maaltijd-bakjes, schep het rendang combinatie erop en garneer met lente-ui en rode peper.

DE MAALTIJD KAN WORDEN INGEVROREN IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

De Familie
Smaakplanner



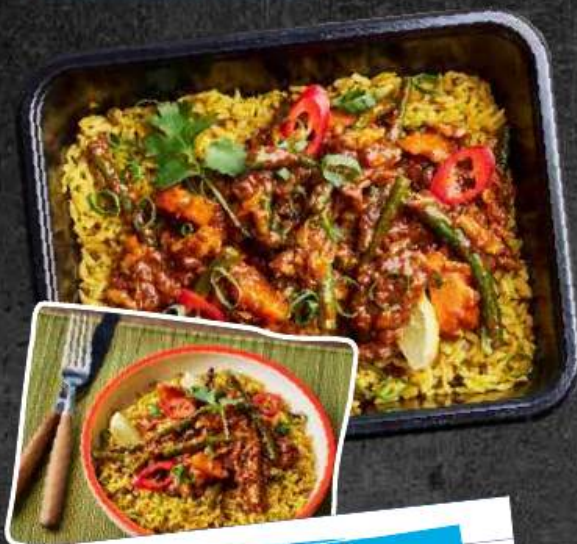
30-45 jaar



Indonesië

RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de victoriabaars door kabeljauw, zalm of gamba's.
- Voeg 500 ml kokoscrème toe aan INDONESISCHE RENDANG SAUS ZHERO voor een nog romigere, vollerere smaak en meer volume.
- Garneer met krokante UIENSTUKJES (GEFRUIT) 70483 en verse koriander voor een kleurrijke presentatie.



Calculatie



€4,37
incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€9,75



IX SAUCE

= ca.



55

ZEEVRUCHTEN TABOULE SAJOER



30-55 jaar

De **Efficiente**
Planner



INGREDIËNTEN

1 kg	Zeevruchtenmix
1 kg	SAJOER SAUS ZHERO AW14259-01
1 kg	TABOULE TUNESIEN 800248
20 gr	VISKRUIDENMIX AD01295-01
2 gr	KNOFLOOKPUREE GARLI1906
2 kg	Water
250 gr	Haricots verts
250 gr	Zeekraal
250 gr	Cherrytomaten
5 gr	Dille

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Bereid de TABOULE TUNESIEN volgens voorschrift door deze met koud water te mengen, 30 minuten te laten wellen en vervolgens los te wrijven. Bestrooi de zeevruchten met VISKRUIDENMIX en KNOFLOOKPUREE en bak ze kort aan in een voorverwarmde oven 180 °C max 3 minuten afhankelijk van de grootte van de zeevruchten en koel direct terug.

STAP 2 Blancheer de haricots verts en zeekraal kort en halveer de cherrytomaten.

STAP 3 Meng de taboulet met de zeevruchten, groenten en SAJOER SAUS ZHERO. Verdeel over de maaltijdbakjes en garneer met verse dille.

Calculatie



€3,81

incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€8,45



= ca.



30

RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de zeevruchtenmix door gerookte zalm, garnalen of tonijn.
- Voeg blokjes avocado of verkruimelde feta toe voor een romige smaakbeleving.
- Garneer met citroenrasp.

DE MAALTIJD KAN WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

ZEEWOLF GELE CURRY

INGREDIËNTEN

1 kg	Zeewolf
1 kg	CURRYSAUS GEEL ZHERO AW13408-01
20 gr	VISKRUIDENMIX AD01295-01
200 gr	GEGAARDE UI ONIONI050-01
2 gr	KNOFLOOKPUREE GARLI1906
1,25 kg	Rijst
840 gr	Water
600 gr	Romanesco
500 gr	Spinazie
250 gr	Linzen

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Kruid de zeewolf met **VISKRUIDENMIX** en gaar de vis op **62 °C** gedurende **20-25 minuten**, afhankelijk van de dikte van de filet of portionering. Koel vervolgens terug.

STAP 2 Maak de romanesco schoon, blancheer kort en koel alles terug. Bak de **GEGAARDE UI** en de **KNOFLOOKPUREE**, voeg de spinazie toe. Giet de linzen af, spoel schoon en meng samen met de groenten door de **CURRYSAUS GEEL ZHERO**.

STAP 3 Verdeel de rijst en romanesco over de maaltijdbakjes, leg de zeewolf erbij en schep de **CURRYSAUS GEEL ZHERO** over en garneer met partjes citroen.

RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de zeewolf door victoriabaars, kabeljauw of zalm.
- Voeg **250 tot 500 ml kokoscrème** toe aan **CURRYSAUS GEEL ZHERO** voor een nog romigere, zachtere currysaus.
- Garneer met verse koriander en een partje limoen of citroen.

De **Avontuurlijke**
Verkenner

DE MAALTIJD KAN
WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

18-35 jaar



Calculatie



€4,42

incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€9,75



= ca.



25



ROODBAARS GROENE CURRY



INGREDIËNTEN

1 kg	Roodbaarsfilet
1 kg	CURRYSAUS GROEN ZHERO AW13488-02
1 kg	NASIRIJSTMIX JX04406
20 gr	VISKRUIDENMIX AD-1295-01
1,4 kg	Water
100 gr	Limoen
20 gr	Lente-ui
20 gr	Munt
20 gr	Koriander
15 gr	Rode peper

DE MAALTIJD KAN WORDEN INGEVROREN IN
DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Bestrooi de roodbaarsfilet met **VISKRUIDENMIX** en gaar de vis op 62 °C graden voor dé perfecte eiwitstolling; tussen 20 en 25 minuten afhankelijk van de dikte van de filet of portionering en koel terug.

STAP 2 Kook de **NASIRIJSTMIX** in ruim water of in een combisteamer op 100% stoom gedurende circa 18 minuten. Snijd de lente-ui en rode peper (zonder zaadlijsten) en pluk de munt en koriander.

STAP 3 Verdeel de **NASIRIJSTMIX** over de maaltijdbakjes, leg de roodbaars erop en schep de **CURRYSAUS GROENE ZHERO** erover. Garneer met lente-ui, rode peper, munt, koriander en partjes limoen.

65-85 jaar

De **Traditionele**
Genieter



Calculatie



€4,12
incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€8,95



= ca.



RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de roodbaars door kabeljauw, victoriabaars of gamba's.
- Voeg 250 tot 500 ml kokoscrème toe aan **CURRYSAUS GROEN ZHERO** voor een nog romigere, mildere currysmak.



GAMBA DIABLO

INGREDIËNTEN

1 kg	Gamba's	1,5 kg	Water
500 gr	DIABLO SAUS LR01153	500 gr	Paprika gemengd
15 gr	CITROENPEPER	100 gr	Limoen
	A360800-09	10 gr	Bosui of lente-ui
1 kg	Schelp pasta	10 gr	Thaise basilicum



NIEUW

Diablo saus

Artikelnr: LR01153 Inhoud: 3 kg

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Ontdooi de gamba's, verwijder het darmkanaal en snijd de gamba's voor ongeveer 2/3 in zodat ze kunnen worden opgevouwen (butterfly). Bestrooi de gamba's met de **CITROENPEPER** en bak ze kort aan in een voorverwarmde oven 180 °C max 3 minuten afhankelijk van dikte van de gamba en koel direct terug.

STAP 2 Kook de droge schelp pasta in ruim water met zout tot deze beetgaar is en giet af en koel terug. Snijd de paprika's in het gewenste formaat, snijd de bosui in dunne ringetjes en de limoen in partjes.

DE MAALTIJD KAN WORDEN INGEVROREN IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de gamba's door zalm, kabeljauw of witvis kibbeling.
- Voeg gehalveerde cherrytomaten en geraspte Parmezaanse kaas toe voor een extra mediterrane smaak.

STAP 3 Meng de gamba's, schelp pasta, paprika's en ***DIABLO SAUS** goed door elkaar. Verdeel over de maaltijdbakjes en garneer met limoenpartjes, bosui en verse Thaise basilicum.

*Bepaal de gewenste pittigheid middels dosering van de **DIABLO SAUS** naar eigen smaak!



20-50 jaar

De **Krachtige Kiezer**



Calculatie



€3,52
incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€7,75



= ca.



GAMBA KOREAANS



20-50 jaar

De **Krachtige**
Kiezer



INGREDIËNTEN

- 1 kg Gamba's
- 500 gr **KOREAANSE YANGYEOM SAUS** GV AW12601-01
- 250 gr **GEGAARDE UI** ONION1050-01
- 40 gr **DRY GLAZE HOISIN** AD01666-01
- 1 kg Udon noedels
- 500 gr Zonnebloemolie
- 400 gr Rode paprika
- 100 gr Citroen
- 10 gr Koriander

DE MAALTIJD KAN WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Ontdooi de gamba's en snijd ze voor ongeveer 2/3 in, zodat ze mooi openvouwen tijdens het garen. Bestrooi met **DRY GLAZE HOISIN**, gaar circa **2 à 3 minuten** in een combisteamer op **180 °C** en koel vervolgens terug.

STAP 2 Snijd de paprika in grove blokjes en bak deze kort aan. Bereid de udon noedels volgens voorschrift, giet af en meng met paprika, **GEGAARDE UI** en **KOREAANSE YANGYEOM SAUS** GV.

STAP 3 Meng alle ingrediënten door elkaar heen en portioneer in in maaltijdbakje en garneer af met verse koriander en partje citroen.

RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de gamba's door zalmblokjes, kabeljauw of witvis kibbeling.
- Voeg geroosterde sesamzaadjes en een scheutje sesamolie toe voor extra smaak.
- Werk af met bosui en een partje limoen.



KABELJAUW CHIMICHURRI



Calculatie



€4,51
incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€9,95



= ca.



INGREDIËNTEN

1 kg Kabeljauw
50 gr CHIMICHURRI STRIJKMARINADE
ZHERO AW08311-04
500 gr WITTE BASIS CREME SAUS / SOEP
A405700-03

1 kg Aardappelpuree
600 gr Bospeen
400 gr Sugarsnaps
8 gr Peterselie

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Bestrijk de kabeljauw met **CHIMICHURRI STRIJKMARINADE ZHERO** en gaar de vis op 62 °C gedurende 20-25 minuten, afhankelijk van de dikte van de filet of portionering. Koel vervolgens terug.

STAP 2 Vul de aardappelpuree in spuitzak met kartelspuitmond. Schil de bospeen, maak de sugarsnaps schoon en blancheer beide kort.

STAP 3 Spuit de aardappelpuree aan één zijde van het maaltijdbakje. Schep de **WITTE BASIS CREME SAUS / SOEP** over de kabeljauw met de groenten aan de andere zijde en garneer af met verse peterselie.



RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de kabeljauw door roodbaars, schelvis of zalm.
- Voeg geroosterde pijnboompitten of groene asperges toe voor extra smaak en een luxere uitstraling.
- Garneer met verse peterselie, een partje citroen en limoen voor een frisse, ambachtelijke presentatie.

DE MAALTIJD KAN
WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

De Traditionele
Genieter



65-85 jaar



ZALM WRAP PORTOFINO



18-35 jaar

De Avontuurlijke
Verkenner



INGREDIËNTEN

250 gr Gerookte zalm
500 gr PORTOFINO SAUS AW10980-01
10 gr DRY FLAVOUR RED HOT CHILLI
ZHERO AD01584-01
600 gr Wraps
500 gr Courgette
200 gr Cress
10 gr Bieslook

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Besmeer de wraps met PORTOFINO SAUS en beleg met de gerookte zalm.

STAP 2 Snijd de courgette in dunne plakken, bestrooi met DRY FLAVOUR RED HOT CHILLI ZHERO, grill circa 3 minuten op 170 °C en laat afkoelen.

STAP 3 Verdeel de courgette en bieslook over de zalm, rol de wraps strak op, snijd schuin in de gewenste porties en garneer met cress.

Calculatie



€3,61

incl. verpakking



450 gram



ca. 55%



€7,95



= ca.



RECEPT INSPIRATIE

- Vervang de gerookte zalm door gerookte forel of makreel.
- Voeg avocado, roomkaas of kappertjes toe voor een vollere smaak
- Presenteer de wraps rechtop in een maaltijdbakje en garneer met extra cress.

DE MAALTIJD KAN WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

VICTORIABAARS SAJOER

INGREDIËNTEN

- 1 kg Victoriabaars
- 2,5 kg SAJOER SAUS ZHERO
AW14259-01
- 50 gr DRY GLAZE INDONESISCH
AD07441-01
- 2,4 kg Water
- 1,6 kg Basmatirijst
- 600 gr Edamame boontjes
- 400 gr Zeekraal
- 200 gr Rode puntpaprika
- 10 gr Bosui of lente-ui

BEREIDINGSWIJZE

STAP 1 Kruid de Victoriabaars met de DRY GLAZE INDONESISCH ZHERO en gaar de vis op 62 °C gedurende 20-25 minuten, afhankelijk van de dikte van de filet of portionering. Koel vervolgens terug.

STAP 2 Doe de rijst met water in een dichte GN bak en stoom deze op 100% vocht gedurende 15 min en koel terug. Blancheer de edamame boontjes en pluk de zeekraal. Snij de paprika in dunne reepjes. Meng de SAJOER SAUS ZHERO met de groenten goed door elkaar.

STAP 3 Schep de rijst in een maaltijdbakje en hierop de groenten en daarna de vis. Snij de bos ui in ringetjes net als de rode peper en garneer het gerecht hiermee af.



RECEPT INSPIRATIE

- **Variatie:** Vervang de victoriabaars door zalm, kabeljauw of gamba's.
- **Smaakboost:** Voeg SAMBAL RUDJAK MANIS of verse rode peper toe voor extra pit.
- **Presentatie:** Garneer met zeekraal, bosui en geroosterde sesamzaadjes.

65-85 jaar



Traditionele
Genieter

DE MAALTIJD KAN
WORDEN INGEVROREN
IN DE VRIEZER BIJ -18°C. ❄️

Calculatie



€3,88

incl. verpakking



450GR

450 gram



ca. 55%



€

€8,75



IX
SAUCE

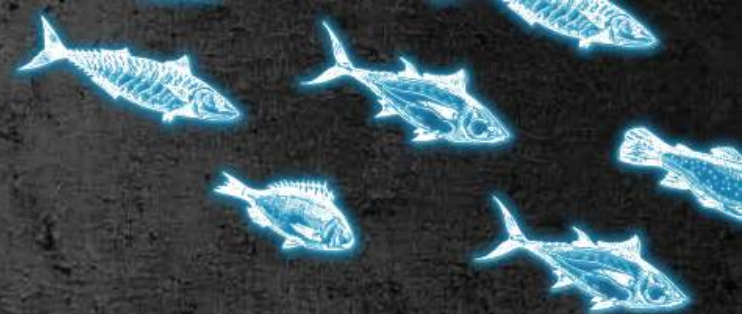
= ca.



20



ARE YOU READY?



Met **123 Meals** voeg je eenvoudig meer smaak, meer onderscheid én meer rendement toe aan jouw visassortiment.

Laat je inspireren door de recepten in deze editie en ontdek hoe je met de smaakoplossingen van Degens eenvoudig inspeelt op de groeiende vraag naar verse, kant-en-klare vismaaltijden.

BENIEUWD NAAR DE MOGELIJKHEDEN?

Neem contact op met jouw Degens-adviseur en ontdek hoe 1·2·3 Meals jouw toonbank versterkt.



Ontvang elke 2 weken nieuwe receptinspiratie en speciale acties! meld u aan via deze QR-code!



@degensbv



@degens_tastemakers