



*Je proeft het aan alles.*

*landvers, eerlijke kost, alle boodschappen*



Rauwkosten & Salades



## Rauwkosten



### Amerikaanse Rauwkost

Ingrediënten: Parika rood (30%), Wortel, Witte kool (30%), Mais korrels (10%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Hawaiaanse rauwkost

Ingrediënten: Rettich (30%), Wortel, komkommer (15%), rode ui (10%), Ananas (5%), Paprika geel (3%), Paprika groen (3%), Paprika rood (3%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Red kidney rauwkost

Ingrediënten: Kidney beans (30%), Witte kool (30%), Uien (15%), Paprika groen, Paprika rood (8%), Peterselie (5%), Paprika geel (5%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Brielse rauwkost

Ingredienten: Komkommer (40%), Bleekselderij (20%), Witte kool (15%), Prei (15%), Paprika rood (10%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Bistro rauwkost

Ingrediënten: Witte kool (40%), Wortel, Paprika rood (15%), Komkommer (10%), Rode ui (10%), Peterselie (5%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Pittige rauwkost

Ingrediënten: Radijs (30%), Bleekselderij (25%), Wortel, Mais korrels (15%), Komkommer (10%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr

## Rauwkosten



### Limburgse Rauwkost

Ingrediënten: Komkommer (30%), Rettich (30%), Radijs (20%), Courgette (20%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Katwijkse rauwkost

Ingrediënten: Komkommer (45%), Tomaat (40%), Rode ui (10%), Bieslook (5%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Rotterdamse rauwkost

Ingrediënten: Komkommer (80%), Rode ui (15%), Bieslook (5%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Festival rauwkost

Ingrediënten: Courgette (22%), Rettich (22%), Komkommer (22%), Radijs (17%), Paprika rood (6%), Paprika groen (6%), Paprika geel (5%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Mexicaanse rauwkost

Ingrediënten: Witte kool (25%), Radijs (15%), Rode ui (15%), Wortel (15%), Komkommer (15%), Paprika geel (5%), Paprika groen (5%), Paprika rood (5%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Franse rauwkost

Ingrediënten: Courgette (50%), Wortel (15%), Uien (10%), Paprika rood (9%), Paprika groen (9%), Paprika geel (7%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr

## Rauwkosten



### Provence rauwkost

Ingrediënten: Gele paprika (25%), Paprika rood (25%), Rode ui (25%), Courgette (25%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Bloemkool-broccoli rauwkost

Ingrediënten: Broccoli (30%), Bloemkool (30%), Rode paprika (30%), Mais (10%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Portlandse rauwkost

Ingrediënten: Paprika rood (35%), Komkommer (30%), Winterpeen (35%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Toscaanse rauwkost

Ingrediënten: Komkommer (35%), Paprika rood (15%), Paprika geel (15%), Rode ui (15%), Snoeptomaatjes (10%), Mozzarella (10%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Julienne rauwkost

Ingrediënten: Wortel (33%), Rettich (33%), Courgette (33%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Crecaan rauwkost

Ingrediënten: Wittel Kool (40%), Wortel (15%), Radijs (15%), Rode ui (15%), Paprika rood (10%), Peterselie (5%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr

## Salades



### Amsterdamse salade

Ingrediënten: Tomaat (80%), Rode ui (15%), Peterselie (5%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Komkommer salade

Ingrediënten: Komkommer (63%), Yoghurt kruidensaus (21%), Mosterdzaden, Bieslook, Rode ui (16%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Kerrie salade

Ingrediënten: Wortel (30%), Kerriesaus (20%), Ananas (10%), Witte kool (10%), Prei (10%), Appel (10%), Paprika rood (4%), Paprika geel (4%), Paprika geel (2%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Rode bieten salade

Ingrediënten: Rode bieten (50%), Augurk (20%), Appel (20%), Uien (10%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Vlaamse salade

Ingrediënten: Tomaat (32%), Komkommer (23%), Hollandse groentesaus (19%), Rode ui (13%), Appel (13%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr



### Polder salade

Ingrediënten: Bleekselderij (33%), Appel (20%), Kaasblokjes (18%), Ananas (15%), Yoghurt kruidensaus (14%)

Bak 1 kg  
Bak 250 gr  
Cup 150 gr

Cup 100 gr  
Cup 65 gr

## Salades



### Griekse salade met feta

Ingrediënten: Komkommer (30%), Tomaat (20%), uien (10%), Witte kaas (10%), Zwarte olijven (10%), Paprika groen (8%), Paprika rood (8%), Paprika geel (4%)

Bak 1 kg	Cup 100 gr
Bak 250 gr	Cup 65 gr
Cup 150 gr	



### Aardappel salade

Ingrediënten: Aardappel (60%), Augurk (20%), Yoghurt kruiden-saus (10%), Bieslook (10%)

Bak 1 kg	Cup 100 gr
Bak 250 gr	Cup 65 gr
Cup 150 gr	



### Bloemkool salade

Ingrediënten: Broccoli (27%), Bloemkool (27%), Rode paprika (27%), Mais (10%), Tomaat-mozzarella saus (9%)

Bak 1 kg	Cup 100 gr
Bak 250 gr	Cup 65 gr
Cup 150 gr	



### Hollandse salade

Ingrediënten: Komkommer (36%), Bleekselderij (18%), Witte kool (14%), Prei (14%), Weidesaus (9%), Paprika rood (9%)

Bak 1 kg	Cup 100 gr
Bak 250 gr	Cup 65 gr
Cup 150 gr	



### Jammie jammie salade

Ingrediënten: Witte kool (36%), Wortel (18%), Paprika rood (14%), Smulsaus (9%), Rode ui (9%), Komkommer (9%), Peterselie (5%)

Bak 1 kg	Cup 100 gr
Bak 250 gr	Cup 65 gr
Cup 150 gr	

## Fruitsalades



### Fruitsalade basis

Ingrediënten: Cantaloup en galia meloen (60%), Ananas (30%), Druiven (10%)

Bak 1 kg	Cup 100 gr
Bak 250 gr	Cup 65 gr
Cup 150 gr	



### Meloensalade

Ingrediënten: Galia meloen (50%), Cantaloupe meloen (50%)

Bak 1 kg	Cup 150 gr
Bak 250 gr	Cup 100 gr



### Fruitsalade gezond

Ingrediënten: Cantaloup en galia meloen (45%), Appel (rood/groen) (45%), Druiven (10%)

Bak 1 kg	Cup 100 gr
Bak 250 gr	Cup 65 gr
Cup 150 gr	



### Fruitsalade de luxe

Ingrediënten: Cantaloup en galia meloen (45%), Ananas (25%), Druiven (15%), Aardbeien (5%)

Bak 1 kg	Cup 100 gr
Bak 250 gr	Cup 65 gr
Cup 150 gr	

# LANDVERS



*Je proeft het aan alles.*

*landvers, eerlijke kost, alle boodschappen*

TotaalVERS | Albrandswaardsedijk 177 | 3172 VA Poortugaal  
T 010 5013321 | F 010 5014597 | E [info@TotaalVERS.nl](mailto:info@TotaalVERS.nl) | I [www.TotaalVERS.nl](http://www.TotaalVERS.nl)

# 9KG