

# Bedenk jij het nieuwe Kok in de Klas recept voor volgend jaar?

## Mini Masterchef



### Smaaklessen bestaat 20 jaar!

Daarom organiseren we dit jaar Mini Masterchef: een receptenwedstrijd. Bedenk een feestelijk, lekker én gezond recept voor de volgende editie van Kok in de Klas. Stel je voor: 150 klassen in heel Nederland koken straks jouw recept, samen met een echte kok! Wat is jouw succesrecept dat iedereen moet proeven?

Bedenk jij het origineelste en lekkerste recept? Dan win je met je klas een leuk uitje én een Kookleskist, zodat jullie nog vaker samen kunnen koken in de klas. Veel plezier met bedenken!



“Hoi! Wij zijn Oma en Roos.

Wij koken graag lekker en gezond eten en maken hier TikTok video's van om te laten zien hoe leuk koken is. We zijn super benieuwd naar jullie recepten. Misschien koken we straks wel jouw recept!”



### Checklist voor je recept

- Het recept is binnen 60 minuten te maken.
- De ingrediënten zijn te koop in de supermarkt.
- Er komen twee of meer soorten groente of fruit voor in het recept.
- Het recept past binnen de Schijf van Vijf. Weet je niet zeker of een product in de Schijf van Vijf staat? Zoek het dan op via: [www.voedingscentrum.nl/nl/gezond-eten-met-de-schijf-van-vijf.aspx](http://www.voedingscentrum.nl/nl/gezond-eten-met-de-schijf-van-vijf.aspx)



### Pluspunten

Maak er wat creatiefs en origineels van! Denk bijvoorbeeld aan recepten met een verrassende naam of spannende smaakcombinaties. Laat zien dat iedereen kan mee-eten, ook als je vegetarisch eet of allergieën hebt. Ook is het mooi als het recept in groepjes gemaakt kan worden, waarbij iedereen iets te doen heeft.

Wil je weten welke recepten er al bestaan bij Kok in de Klas, zodat je een recept kunt bedenken dat écht nieuw is? Neem dan een kijkje op: [www.smaaklessen.nl/mini-masterchef](http://www.smaaklessen.nl/mini-masterchef)

Op deze webpagina vind je ook meer informatie over Mini Masterchef.



**Mijn Mini Masterchef  
recept heet:**

-----

**Mijn eigen naam / naam  
van de klas:**

-----

Plak hier een foto van je gerecht  
of maak een tekening van je gerecht.

**Ingrediënten**

-----

**Benodigheden**

-----

**Hoe maak je het?**



**Heb je je receptblad helemaal ingevuld?**  
Stuur dan uiterlijk 11 oktober 2026 een foto in via  
[www.smaaklessen.nl/aanmelding-mini-masterchef](http://www.smaaklessen.nl/aanmelding-mini-masterchef)  
of stuur je recept uiterlijk 7 oktober 2026  
via de post naar:

Wageningen Social & Economic Research  
Team Smaaklessen  
Gebouw Atlas, Droevendaalsesteeg 4  
6708 PB Wageningen