

Het Mag!



AUGUSTUS - SEPTEMBER 2025

HET IS WEER ZOVER:

TERUG NAAR SCHOOL MET LOUIS



EEN KAMPIOENENONTBIJT

LUNCHBOX:

vers & klaar om mee te nemen

TUSSENDOORTJES

om te delen... of niet!





Water. Pasta. Basta!



Inleiding



Er zit nog zand onderin de tas, de handdoeken ruiken naar zon... en toch is het tijd om afscheid te nemen van de vakantie.

Maar bij louis delhaize laten we ons niet meeslepen door de herfstkleur.

De start van het nieuwe schooljaar pakken we aan met veel zin, slimme ideeën en een flinke portie energie. In deze nieuwe editie helpen we je weer in het ritme te komen, zonder de fijne momenten te missen:

lunchboxideeën die je in een handomdraai samenstelt, tussendoortjes om van te smullen, en slimme maaltijden die het leven makkelijker maken.

En omdat in september de nazomer nog in de lucht hangt, geven we tips om die zonnige sfeer langer vast te houden: frisse gazpacho, kleurrijke slaatjes, snelle burgers op de grill... Met een paar goede ingrediënten en

#ONTBIJTJES



#LOUIS' SALADES & LUNCHES



#SALADES KLAAR IN 5 MIN



#GENIET NOG EVEN VAN HET MOOIE WEER



#TUSSENDOORTJES



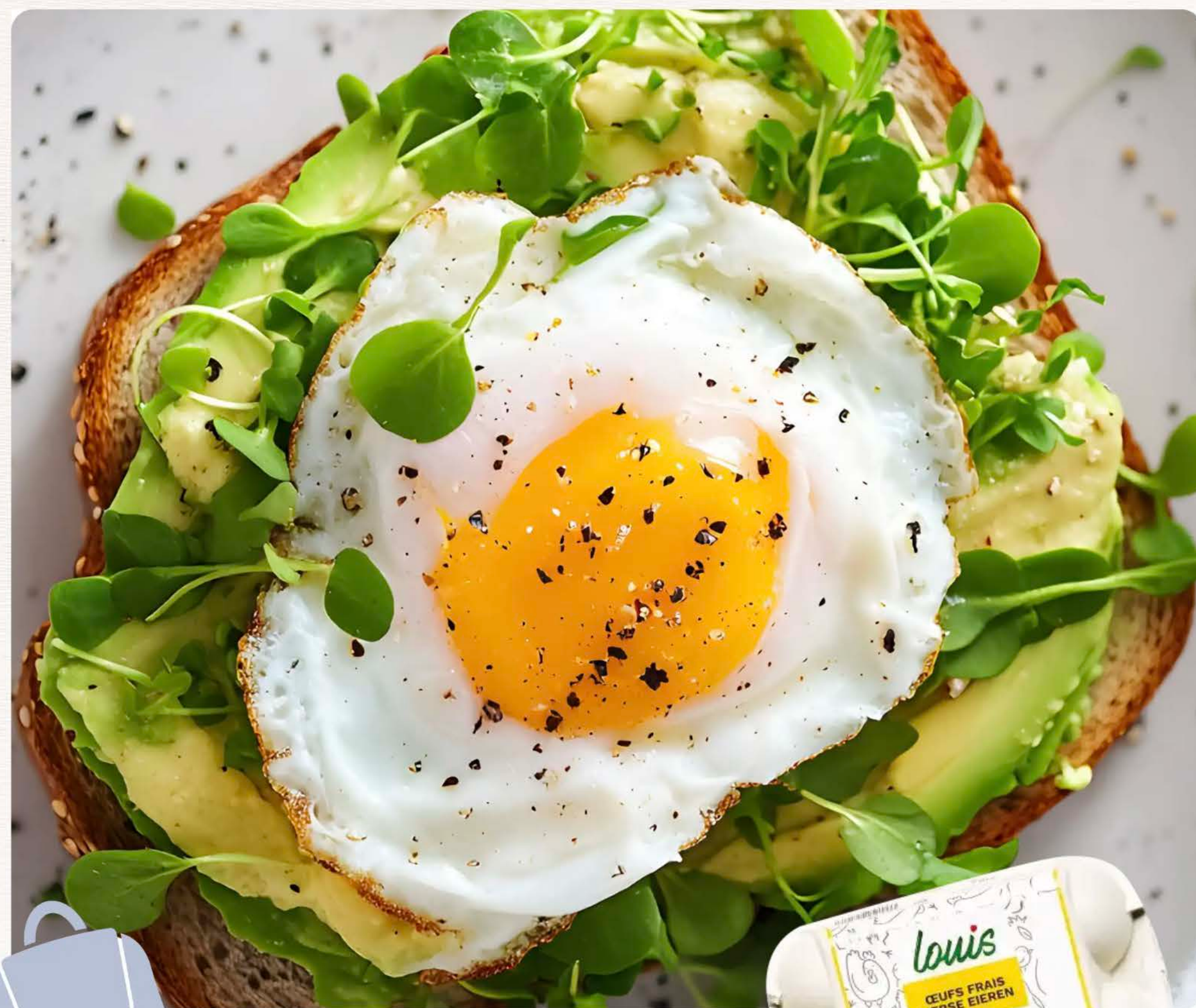
Nabijheid



Delen

ONTBIJT VOOR KAMPIOENEN

LEES MEER 



100% lokaal en verkocht per
doos van 6 of 12 eieren.
Afkomstig van kippen met
100% plantaardige voeding
en 13 hectare aan vrije ruimte!



EEN ONTBIJT DAT JE ENERGIE GEEFT



Versie:
blauwe bes-citroen

Version
banaan-pindakaas

Version
tiramisu

OVERNIGHT OAT

 **Makkelijk**  **5 min / Rusttijd: minstens 4u**  **1 portie**

Basis (1 portie)

- 50 g havervlokken
- 1 el chiazaad
- 1 à 2 el honing

- 120 g Griekse yoghurt
- 120 ml melk
(plantaardig of dierlijk)



#ONTBIJT

Een ontbijt boordevol VITAMINES

Een mix van noten en zaden,
rijk aan vezels, goede vetten en
mineralen: perfect om
's ochtends op te laden... of bij
een kleine honger tussendoor.



LEES MEER



VERS

ONTBIJT VOOR ENERGIE



BAGEL MET ROOMKAAS EN GEROOKTE ZALM



Makkelijk



10 min



2 personen

- 2 bagels
- 100 g roomkaas
(type Philadelphia)
- 4 plakjes gerookte zalm
- Enkele radijzen, in dunne schijfjes
- Enkele sprietjes bieslook
- 1 el citroensap
- Versgemalen peper



Nabijheid



Delen



EINDELOOS VEEL SMEERSALADES, 100% MAKKELIJK



EEH HANDIGE OPLOSSING,
IDEAAL VOOR OP
DE BOTERHAM!



SALADES KLAAR IN 5 MIN

LEES MEER +

Een lege confituurpot
werkt perfect en je
lunch zit zo in je tas!



Nabijheid

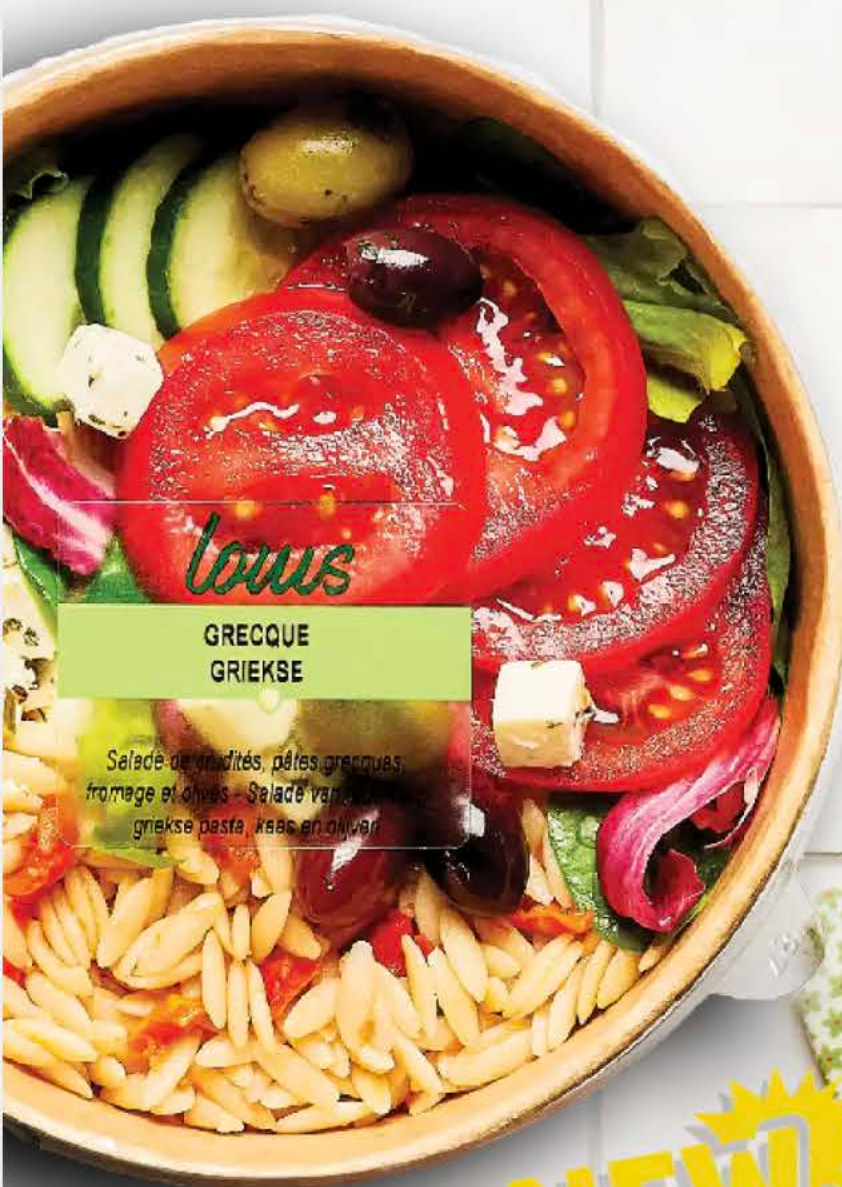


Delen



Louis LUNCH

VERS & KLAAR OM MEE TE NEMEN



GRECQUE
GRIEKSE

Salade de crudités, pâtes grecques,
fromage et olives - Salade van
griekse pasta, kaas en olijven

NEW



Louis
SAUMON
ZALM

260g
Pâtes au saumon, sauce tartare, tomates
séchées et échalote - Pasta met zalm,
tartarsaus, gedroogde tomaten en ui



Tip!



Een basis van quinoa,
gerasppte wortel, feta,
kikkererwten en een
flinke lepel hummus: een
kleurrijke, complete en
smaakvolle maaltijd.



Een stevig belegd
broodje: rijk aan vezels
en energie, perfect
voor drukke dagen of
een lunch on-the-go.



FITNESS VEGAN

Quatre sandwichs végétales et protéiques
dans un pain de mie complet et bio.

Quatre sandwichs végétales et protéiques
dans un pain de mie complet et bio. Ingrédients:
pain de mie complet et bio, légumes, fromage, sauce
végétale, tomates, olives, etc.

PER 100g: Énergie 2500kJ - 600kcal - Matières grasses 15g
- dont acides gras saturés 8g - Protéines 10g - Glucides 35g
dont sucres 10g - Sel 0,8g

SAUMON ZALM
260g
400139 021382



Louis

WRAP POULET BOURSIN
WRAP KIP BOURSIN

Een wrap: praktisch,
smaakvol en makkelijk in je
tas. Dé ideale snelle lunch.



LEES MEER +



LUNCHBOX VAN THUIS

ZONDER STRESS



LEES MEER +



En voor wie fan is
van broodjes:
kies voor zacht brood,
belegd met gerookte zalm,
roomkaas of een smeuge
kippenvulling eenvoudig,
snel en heerlijk troostrijk.



Ontdek onze winkels
op uw route!

**BEKIJK ONZE
VERKOOPPUNTEN** +





Het parelende water



Zachte en verfijnde
bubbels



Ideaal voor foodparing



Belgische bron

Ontdek ons op



#TUSSENDORTJES

EEN TUSSENDORTJE



BOORDEVOL VITAMINES

LEES MEER +



Tip!



Nabijheid



Delen



EEN TUSSENDOORTJE OM TE DELEN... OF NIET!

SNACKS DIE JE LICHAAM
EEN BOOST GEVEN

LEES MEER



ZOET OF HARTIG

Een snack binnen
handbereik

IN ÉÉN HAP OP!

LEES MEER



HARTIGE CAKE met courgette & olijven



Makkelijk



15 min



45 min



EEN HAP VAN DEZE
ENERGY BALLS
EN JE KUNT ER WEER
TEGENAAN!

ENERGY BALLS met dadels



Makkelijk



15 min



20 balls



EEN TUSSENDOORTJE

OM KOUD OF WARM VAN TE GENIETEN



LUCHTIGE WAFELS

 **Makkelijk**  **15 min**  **3 min**  **10 wafels**

- 375 g bloem
- 60 g suiker
- 1,5 zakje vanillesuiker (of 2 tl)
- 1,5 tl bakpoeder
- 3 eieren
- 75 g gesmolten boter
- 450 ml melk
- 1,5 tl vanille-extract



EEN TUSSENDOORTJE

MET IJS

BEN JIJ EERDER...



KLASSIEK?

Voor een heerlijke smaakexplosie: de ijscoupe, eenvoudig geserveerd in een klein potje met een krokant koekje.
Smaak: AARDBEI, VANILLE, SPECULOOS...
Voor welke ga jij zwichten?

LEKKER EN KROKANT?



Tip!



GENIET NOG

EVEN VAN HET MOOIE WEER!



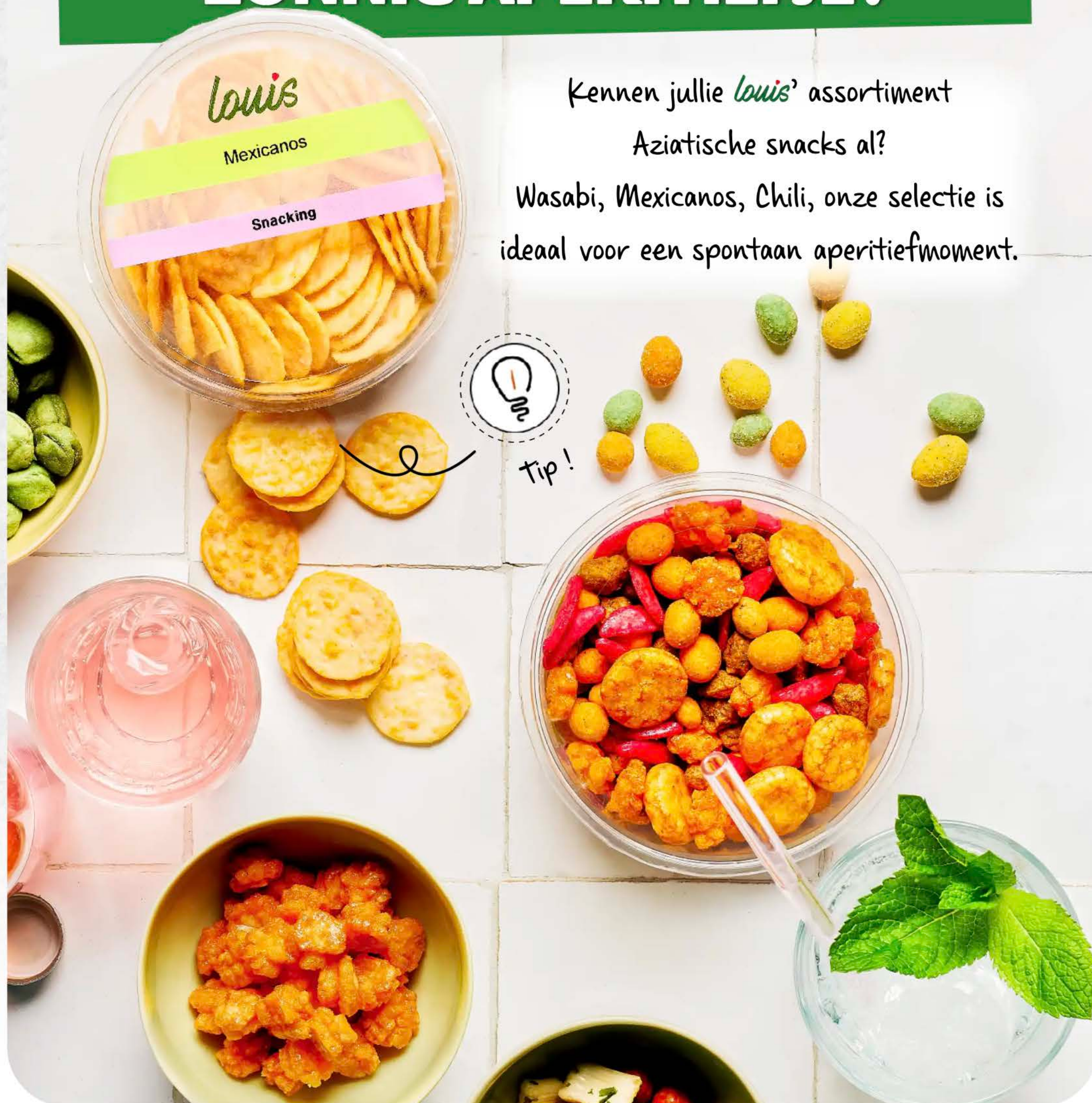
NOG EEN ZONNIG APERITIEFJE?

Kennen jullie *louis*' assortiment
Aziatische snacks al?

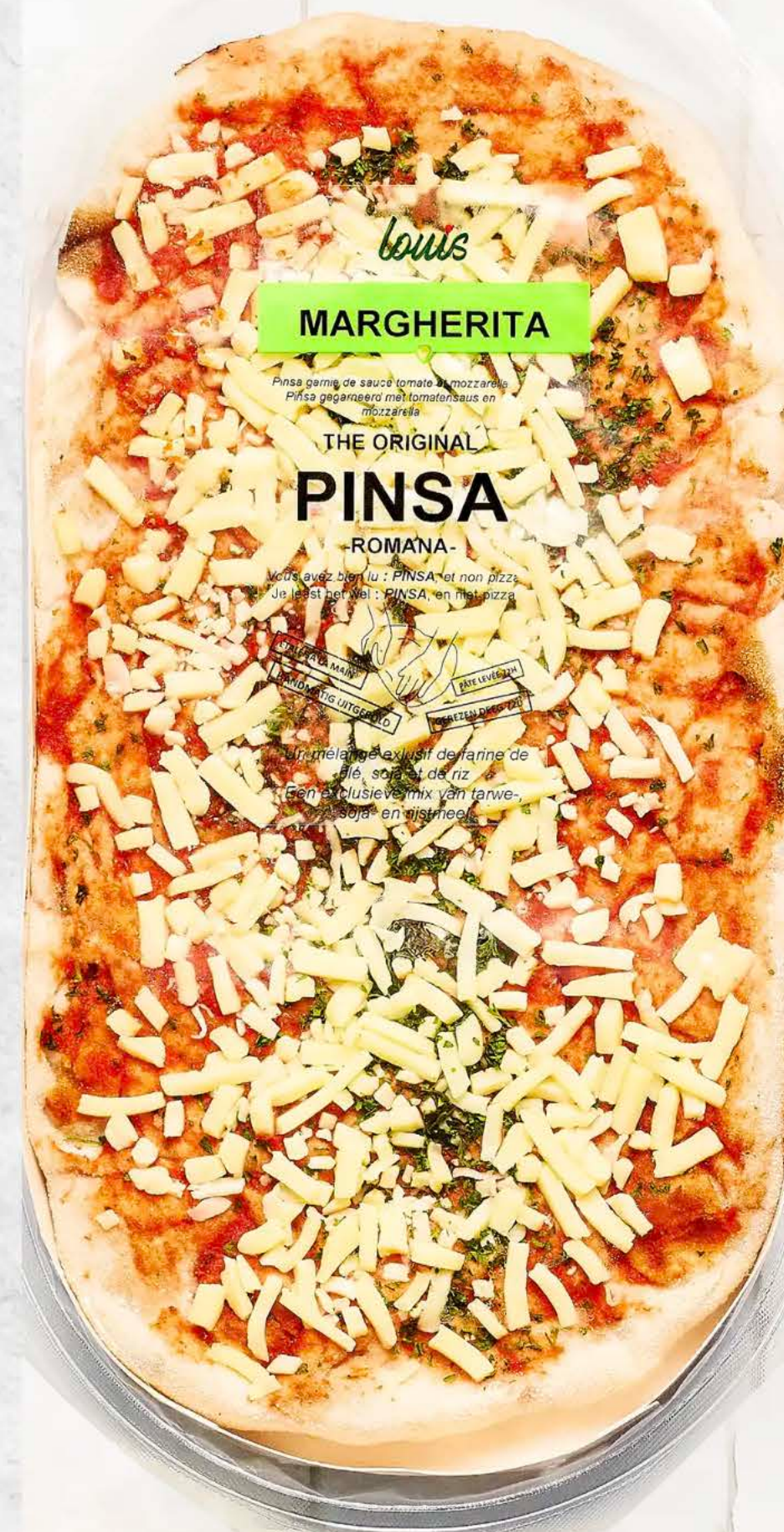
Wasabi, Mexicanos, Chili, onze selectie is
ideaal voor een spontaan aperitiefmoment.



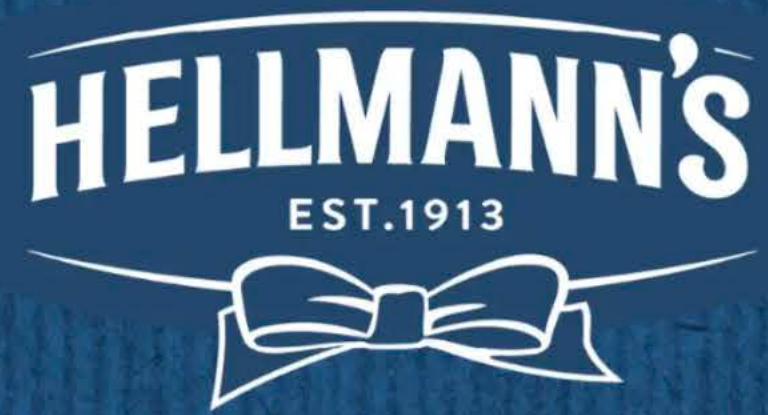
Tip!



Pinsa is de ideale keuze voor
een rijkelijke apéro:
een paar minuten in de oven... en klaar.
In stukjes snijden om te delen,
als aperitief of als lichte maaltijd!



LEES MEER +



'S WERELDS
FAVORIET



ALCOHOLMISBRUIK SCHAADT DE GEZONDHEID.

DE LAATSTE BARBECUES

NOG LEKKER BUITEN
GENIETEN...



RUNDSBURGER MET ZONGEDROOGDE TOMAAT & PESTO

 Makkelijk

 5 min

 15 min

 4

- 4 hamburgerbroodjes
- 4 runderhamburgers (±150 g per stuk)
- zongedroogde tomaten in olie
- 1 handje rucola
- 4 el pesto (basilicum of rucola)
- 1 rode ui (optioneel)
- Zout, peper



Nabijheid



Delen

 Makkelijk

 25 min

 15 min

 4

- 800 g vastkokende aardappelen
- 4 eieren
- 100 g spekblokjes of plakjes bacon
- 1 rode ui
- 2 lente-uitjes
- 4 el mayonaise
- 2 el natuuryoghurt (of plattekaas)
- 1 tl milde mosterd
- 1 el citroensap
- Verse bieslook of peterselie
- Zout, peper



Nabijheid



Delen



NOG EEN VLEUGJE ZOMER!

AARDAPPELSALADE



Collect & Win

SPAAR OM GRATIS PRODUCTEN TE ONTVANGEN!



VRAAG
JE SPAARKAART
AAN DE KASSA

SPAARACTIE

Van woensdag 2 juli tot dinsdag 23 september 2025.

