



Week 10

En toen was het al weer week 10. De week waar op 't Leeuweriksveld al traditiegetrouw de eerste planten komen. Sinds begin van de week lijkt dat ook weer een optie te zijn. Eind vorige week waren we toch eerlijk aan het twijfelen, of we de kweker niet zouden vragen, om de planten een week later te laten komen, want zelfs in de tunnelkassen was alles diep bevroren! Zaterdag is familie Kamphuis nog even wezen schaatsen op de Kibbelkoele, maar dat was dan ook de laatste dag met gure oostenwind. Zondag werd het ineens voorjaarsachtig, en dat kon je vooral daaraan merken, dat er weer geuren in de lucht waren! Vooral de vochtige aarde was ineens weer te ruiken. Dus nu kunnen de plantjes deze week in de kas gestald worden, want vóór dat ze de grond in kunnen moet toch nog het nodige gebeuren. Zodat dit jaar uiteindelijk alles écht in week 11 gaat gebeuren: maandag 12 maart komt de loonwerker mest uitrijden. Tegelijkertijd willen we dan ook de bentoniet op het land brengen, en dan kan het land geploegd worden en klaargemaakt voor de planten. Maar voor het mest uitrijden moeten alle koolstronken en de aspergeresten afgehakseld worden, en alle omheiningen van de dieren opgeruimd zijn. Het begin is er in week 10.

Kathinka.

Workshop smeerwortelzalf op 't Leeuweriksveld

Er volgt zsm een nieuwe datum. Voor meer informatie en aanmelding, mail naar ankabults@hotmail.com of bel 0591631895 of 0625236873

Week 10, 7 maart 2018

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Andijvie	via Udea (it)
Schorseneren	BioRomeo, Ens
Groene pompoen	Gaos, Swifterbant
Broccoli	via Bionoord
Gemengde kiemen	de Peuleschil, Rottevalle

Week 11 verwacht: Winterpostelein?, prei?, ...

Koorproject met het "Magnificat" van Arvo Pärt

Zangers gezocht

Arvo Pärt's schoonheid en eenvoud vind je in het Magnificat terug als in een notendop. Op zondag 3 juni 2018 wordt de muziek een onderdeel van een kerkdienst in de Grote kerk.

Elke week komen aanmeldingen binnen, maar er kunnen zeker nog zangers bij, vooral sopranen en tenoren!

Info en aanmelding: Kathinka Kamphuis e-mail: wenkamphuis@gmail.com tel. 0591-381445

Agenda OKeE

'Van broodbeleg tot borrelhap' 10 maart workshop van 11.00 tot 13.00 uur. Gezond broodbeleg en hapjes maken van groenten, bonen en peulvruchten. € 25,-

Eten wat de pot schaft 21 maart, 18.00 - 19.15 uur € 10,- (NB Dit is voor 1x NIET de laatste woensdag van de maand!!!)

Paasbrunch, op 2e paasdag; 2 april, 12.30 - 14.00 uur € 20,-; kinderen tot 14 jaar € 5,-. Voor de kinderen zijn er op het erf paaseitjes verstoppt!

Kookworkshop 'Makkelijk en gezond' 7 april, 10.00 tot 14.00 uur ism 'Natuurlijk gezond Drenthe' van Tineke Jakobs. € 35,-.

Opgave tot twee dagen tevoren, incl evt dieetwensen.

Aanmelden via info@oogstenkokeneneten.nl of 0619199934.

Workshop composteren

Wil je een gezonde ecologische (moes)tuin met een gezonde bodem waar je groenten, kruiden, bloemen en planten goed op groeien, dan is compost essentieel. Workshop op donderdag 29 maart van 09.30 uur tot 12.00 uur met Mirjam Weisscher. De kosten zijn 30 euro incl. koffie/thee en digitale hand-out. Locatie: Smakelijk Erf, Vaart ZZ 171, 7833 AJ Nieuw-Amster-

dam, M 06-53517962, aanmelden voor 21 maart
via SmakelijkErf@gmail.com

Stevige pompoen maaltijdsoep

hoofdgerecht voor 2-4 personen

1 kleine of ½ grote pompoen, 1 ui, scheutje olie, 1 kleine knolselderij, 1 preitje, 1 bouillonblokje of bouillonpoeder, 100 gr gedroogde linzen of ongeveer 250 gr gekookte linzen, scheutje azijn, kip of champignons naar wens in stukjes gesneden, peper en zout

Maak de pompoen schoon (schillen hoeft niet) en verwijder eventueel lelijke plekken. Snijd de pompoen in vier stukken en verwijder de zaden. Snijd het vruchtvlees in stukken. Pel de ui en snijd deze fijn. Maak de knolselderij schoon en snijd deze in stukjes. Was de prei en snijd deze in ringen. Fruit ui in olie en braad eventueel stukjes kip of champignons aan. Voeg 1 liter water en bouillonblokjes toe. Voeg als dit kookt ook de linzen, pompoen, knolselderij en na een kwartiertje de prei en azijn toe. Laat het geheel nog ongeveer een half uurtje zachtjes koken en maak de soep op smaak met peper en zout. Variatie met tomaat: Voeg stukjes ontvelde tomaat (ev. uit een pot of blik) toe voor een extra lekkere soep.

Schorseneren uit de oven

voor 2 personen

400 gr schorseneren, 1 dl melk, 50 gr Parmezaanse kaas, 50 ml slagroom, nootmuskaat, peper

Verwarm de oven voor op 200°C. Borstel de aarde van de schorseneren onder stromend water en met keukenhandschoenen aan ivm het kleverige sap. Schil de schorseneren met keukenhandschoenen aan en leg ze direct in een bak met water en citroensap of azijn om verkleuren te voorkomen. Was de schorseneren. Snijd de schorseneren in stukken. Doe er de melk en zoveel water bij dat ze helemaal onderstaan en kook ze met wat zout in ca. 10 minuten net gaar. Rasp intussen de kaas. Vet een lage, wijde ovenschaal in met boter. Giet de schorseneren af en leg ze in de schaal. Schenk er de slagroom over. Bestrooi ze met nootmuskaat en maal er wat peper over. Strooi de geraspte kaas erover. Zet ze 5 à 10 minuten onder de grill; totdat de kaas gesmolten is en net begint te kleuren. Lekker met karbonades en aardappeltjes.

Linzenburger met gemengde kiemen

bijgerecht voor 2 personen

½ teentje knoflook, 125 gr kastanjechampignons, 1½ vers takje tijm, 2 kleine uien, ½ potje voorgekookte linzen (potje van 340 gram), olijfolie, circa 2½ eetl. paneermeel, 1 klein eitje, ½ theel. zout, ½ eetl. bloem, 1 kleine tomaat, 2 blaadjes sla, ½ bakje gemengde kiemen, 2 hamburgerbroodjes, ketchup

Pel de knoflook en ui snijd ze fijn. Maak de kastanjechampignons schoon en snijd ze door de helft. Laat de linzen uitlekken. Kluts het ei. Mix met een staafmixer de knoflook, tijm en champignons grof. Snijd de tomaat in plakjes. Verwarm wat olijfolie in een pan en bak de uien op laag vuur in zo'n 15 minuten goudbruin. Voeg hierna het mengsel van champignon toe en bak 3 minuten mee tot het vocht is verdwenen. Laat het mengsel even afkoelen en meng daarna de linzen, paneermeel, ei en zout er goed door. Maak hier 2 flinke burgers van. Verwarm de koekenpan opnieuw met wat olijfolie en bedek de burgers met een laagje bloem voor een mooi bakresultaat. Bak de burgers ongeveer 5 minuten per kant. Beleg elk broodje met sla, een hamburger, ketchup, tomaat en de gemengde kiemen.

Andijvie met gorgonzola en peer

bijgerecht voor voor 2 personen

2 rijpe peren, 1 krop andijvie, 200 gr gorgonzola kaas, 2 theel honing

Peren schillen, van klokhuisen ontdoen en in parten snijden. Andijvie wassen en snijden en in in 3 min. beetgaar koken en afgieten. Gorgonzola over andijvie verkruimelen en even meewarmen tot hij smelt. Andijvie op bord scheppen. Peer ernaast leggen en honing over andijvie en peer druppelen. Lekker met warm ciabatta-brood.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl www.leeuweriksveld.nl

Triodosbank: NL60 TRIO 0212 3737 65 tnv.

't Leeuweriksveld, Emmen

