



't Leeuweriksveld

Nieuwe abonnees gezocht – bijen –volle maan

Wij zijn op zoek naar nieuwe abonnees! Het bestand neemt langzaam af, en het seizoen effect dat elk jaar aan het begin van de zomer optreedt, komt daar nog eens bij: veel abonnees zijn voor kortere of langere tijd afwezig of zegen hun abonnement in de zomer op vanwege de eigen moestuin. En dat terwijl we juist nu prachtige pakketten leveren met allemaal eigen producten. Dus als u mensen kent die wellicht interesse hebben, haal ze gerust over :-)

Sinds vorig voorjaar staat er een kleine bijenstand op ons bedrijf. Jan-Willem, de imker woont in de buurt en komt in deze periode elke dag langs, want de bijen kunnen gaan zwermen. En het zou natuurlijk jammer zijn als zo'n zwerm er vandoor gaat – als je hem kunt vangen heb je immers een nieuw volk erbij! Hij heeft ook twee lok-kasten, met geurige was erin, in de buurt van de bewoonde kasten gezet, in de hoop zo een zwerm te verleiden daar zijn intrek te nemen.

Overigens is de honingopbrengst dit jaar tot nu toe nog erg mager, Jan Willem vermoedt dat de droogte hier debet aan is. Er komt dan gewoon weinig nectar in de bloemen. Dus voor de bijen mag er best regelmatig een buitje vallen (en voor onze gewassen natuurlijk ook).

Afgelopen vrijdag heeft het trouwens eindelijk flink geregend, en bovendien was het volle maan. Die combinatie: volle maan en regen, is ideaal om nieuwe zaaisels een goede start te geven. Op donderdag en vrijdagochtend voor de regen hebben we wortels, rode bieten, pastinaken, boontjes, suikermais en bloemen gezaaid, zodat die kunnen profiteren van het gunstige moment.

Wouter

Week 24, 14 juni 2017

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Rode eikebladsla	't Leeuweriksveld
Stengelui	„
Peulen óf asperges	„
Bloemkool	„
Koolrabi	„
Komkommer	„

Deze week krijgen de 4-persoons asperges, en de 1-persoons, 1-persoonscombi's, de combi's en de tweepersoons van rit 1 soepasperges.

Week 25 verwacht: Ijsbergsla, komkommer, spitskool, paksoy, capucijners.

Koopman en dominee:

Op zondag 25 juni 11 uur is 't Leeuweriksveld uitgenodigd om deel te zijn van een bijzondere kerkdienst in de Grote kerk in Emmen. Het heet “koopman en dominee”. Binnen de dienst is er ruimte voor de “koopman”. Elk kwartaal nodigt dominee Menso Rappoldt een ondernemer uit om met zijn persoonlijk verhaal deel te nemen in de dienst. Op 25 juni zijn wij dat. Met een aantal liederen van ons koor zorgen we ook voor de muzikale omlijsting. U bent van harte welkom.

laatste zaterdag v/d maand: Kiezelpreparaat

zaterdag 24 juni om 7 u. Geïnteresseerden zijn van harte welkom om deel te nemen, graag even aanmelden. Op zondag 1 okt maken we weer het hoornmest- en de compostpreparaten.

Agenda OKeE

14 juni: Eten wat de pot schaft € 10,-

Voor informatie, aanmelden en doorgeven van dieetwensen 06-19199934 of

info@oogstenkokeneneten.nl Alberta Rollema

Zondag 2 juli is er:

MantraDans - Zingen & Dansen (met Dansen van Universele Vrede)

Geschikt voor iedereen op zoek naar Verbinding en Ontspanning. Dansende of bewegende meditatie, zou je deze vorm ook kunnen noemen.

Inloop om 13.30 (Koffie en thee) €17,50 per keer

Info en aanmelding - Eleonora Helderma

06-18887523 of etmhelderma@gmail.com

Voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Couscous met bloemkool en komijn

bijgerecht voor 2 personen

150 gr couscous; 1 kleine bloemkool; ½ theel. komijnzaad; 1 eetl. verse koriander, gehakt; ½ theel. verse gember, geschild en zeer fijn gehakt; ½ theel. verse groene peper, zeer fijn gehakt; 3 dl kokend water, ½ eetl. citroensap, 1 eetl. olijfolie, 1 theel. zout
Bloemkool in roosjes verdelen. In een zware pan op middelhoog vuur de olie verhitten. Komijn toevoegen. 10 sec. laten sissen, dan gember en bloemkool toevoegen. De bloemkool roerbakken totdat hij bruine vlekken krijgt. Groene peper en couscous toevoegen. 1-2 min., al roerend de couscous bakken, of tot hij lichtbruin is. Kokend water, citroensap en zout toevoegen. Eén keer roeren, deksel op de pan leggen en de warmtebron heel laag zetten. 5 min. zachtjes laten koken. Dan de warmtebron uit en de pan nog minstens 15 min. laten staan op een warme plaats. Koriander toevoegen, met een vork de couscous rul roeren en serveren.

Komkommer-tomaten salade met citroenpesto dressing

bijgerecht voor 2 personen

2 tomaten, 1 komkommer, 1 citroen, 2 eetl groene pesto, 2 eetl crème fraîche, scheutje slaolie, scheutje azijn, zout, peper, bieslook
Pers of knijp de citroen uit in een schaal, en rasp een deel van de schil grof. Doe dit in hetzelfde schaal, en voeg de azijn en de slaolie toe. Laat een poosje staan. Snijd de komkommer en de tomaat in niet te kleine stukjes. Voeg de pesto en de crème fraîche toe aan het citroenmengsel, roer het goed door elkaar en voeg naar smaak zout en peper toe. Blijf roeren tot je een mooie, stevige dressing krijgt. Doe de tomaat en de komkommer in een schaal, en giet hier de citroen/pestodressing over. Knip de bieslook in grove stukken en strooi die over de salade.

Roergebakken peultjes met rijst en ananas

hoofdgerecht voor 2 personen

150 gr zilvervlijsrijst, 120 gr peultjes, ½ rode paprika, ½ blikje ananasstukjes op sap, 1½ eetl. (rijst)olie, ¼ theel. sambal badjak, 50 gr cashewnoten

Rijst bereiden volgens aanwijzingen op verpakking. Puntjes en eventueel draadjes van peultjes verwijderen. Paprika schoonmaken en in reepjes snijden. Ananas laten uitlekken en sap opvangen. Cashewnoten in droge pan even roosteren. In wok olie in wok verhitten.

Paprika en peultjes toevoegen en op hoog vuur ca. 3 min. roerbakken. Intussen sambal losroeren met 2 eetl ananassap. Ananas en sapmengsel toevoegen en alles 1-2 min. laten stoven tot groenten beetgaar zijn. Rijst op 2 borden scheppen. Groenten erover verdelen en bestrooien met de cashewnoten.

Koolrabisoep met gorgonzola

bij- of lunchgerecht voor 2 personen

15 gr boter, 400 gr koolrabi, 1 kleine aardappel, 500 ml kippenbouillon, 50 ml melk, 50 ml slagroom, 40 gr gorgonzola kaas of andere blauwe kaas, zout en versgemalen zwarte peper

Schil de koolrabi en aardappel en snijd het in blokjes. Verhit de boter in een pan, voeg de koolrabi en de aardappel toe en laat op laag vuur 2 tot 3 min smoren. Voeg de bouillon toe, breng aan de kook, draai het vuur laag en laat hem 20 tot 25 min zachtjes koken tot de groenten goed gaar zijn. Pureer de soep met de staafmixer. Roer er de melk en de room door en breng alles opnieuw aan de kook. Verkruimel de gorgonzola. Haal de soep van het vuur en roer er de gorgonzola door. Breng hem desgewenst op smaak met wat zout en peper, en serveer meteen. Lekker met brood.

Gemengde salade met bosui

bijgerecht voor 2 personen

½ krop sla, 1 (vlees)tomaat, ½ potje maiskorrels, 200 gr kidneybonen, 1½ bosuitje
Dressing: 2½ eetl olijfolie, ¼ citroen, ½ teentje knoflook, 1 theel mosterd, peper, zout
Was de sla, snijd hem in ragdunne reepjes en laat hem goed uitlekken. Snijd de tomaat in blokjes. Spoel de kidneybonen af en laat uitlekken. Laat de maiskorrels uitlekken. Was de bosui en snijd deze in dunne ringetjes. Pers de citroen uit en vang het sap op. Pel de knoflook. Klop een dressing van de olie, het citroensap, de uitgeperste knoflook, de mosterd en peper en zout naar smaak. Schep de sla met de tomaat, de mais, de kidneybonen en de bosui door elkaar. Meng de dressing erdoor en serveer direct.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445 NL-bio-01 Skal 025779

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

Triodosbank: NL60 TRIO 0212 3737 65
tnv. 't Leeuweriksveld, Emmen

