



De appelpers was weer actief afgelopen zaterdag. Zo'n 20 particulieren kwamen met hun kisten en dozen vol appels en gingen huiswaarts met versgeperst sap. Ook 't Leeuweriksveld heeft appels laten persen. Er zijn pakken met 3 of 5 liter appelsap te koop in de boerderijwinkel. Het was tevens een open dag. Boer Wouter Kamphuis gaf rondleidingen, de juffen van 't Leeuweriksveld gaven informatie over de school (veel belangstelling!) en er waren kraampjes. Zo was Velt (Vereniging voor Ecologisch Leven en Tuintieren) vertegenwoordigd, ze hadden een bananen-pompoen bij zich, bijzonder. Bee Dresed was er met prachtige ecologische stofjes, kleding en sjaals, allemaal op een mens- en milieuvriendelijke wijze geproduceerd. Handmassages werden gegeven door Salon de Roos uit Sleen en de inkomsten zijn gedoneerd aan 't Leeuweriksveld. Te koop waren de mooie vilt-producten van Andri en honing en andere bijproducten van De Iemhof. Kinderen mochten gedroogde appeltjes proeven bij de Pomologische vereniging en diverse mensen hadden appels meegenomen om ze te laten determineren. Bijzondere maar (h)eerlijke appelhapjes van Oogsten Koken en Eten (OKeE) vonden hun weg naar het publiek. En de akoestische muziek van de Northern Lights (Kathinka Kamphuis speelt ook mee) maakte het plaatje compleet. Een gezellige dag ondanks het regenachtige weer. We hebben veel mensen moeten teleurstellen omdat we al vrij snel volgepland zaten. Daarom gaan we misschien volgend jaar twee persdagen organiseren. De mannen van de appelpersmachine zien dat wel zitten. Die komen graag. 'Leuk publiek in Drenthe', zeggen ze. We zijn het helemaal met ze eens.
Alberta

Week 42, 19 okt 2016

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

| | |
|-------------|-------------------|
| Knolvenkel | 't Leeuweriksveld |
| Bataviasla | „ |
| Rode bieten | „ |
| Pompoen | „ |
| Snijbiet | „ |

Week 43 verwacht:

prei, sla, pastinaak, groene kool of broccoli

Workshop zuurkool maken

Op zaterdag 5 november geven de koks van De Aanschuijftafel een workshop zuurkool maken op 't Leeuweriksveld. Aanmelden kan tot 31 oktober voor de ochtend van 10.00 tot 12.00 uur of de middag van 14.00 tot 16.00 uur. Kosten zijn 15,- per persoon. Je gaat met een 1,5 liter weckfles zuurkool weer naar huis. Het moet dan nog even staan maar met de kerstdagen kun jij je eigengemaakte biologische zuurkool serveren! 0619199934 of info@oogstenkokeneneten.nl

Aanschuijftafel:

elke 1^e en 3^e woensdag van de maand.

Extra aanschuijftafel 26 oktober!

Aanmelding uiterlijk de maandag ervoor.

Lekker biologisch 3 gangenmenu.

aanmelden: info@oogstenkokeneneten.nl

of: 06-19199934

't Leeuweriksveld:

er zijn mooie affiches en folders. We zouden deze graag willen verspreiden. Heeft u een praktijk aan huis en ook een folderplank, dan zouden we u graag een aantal folders laten toekomen. Laat ons weten, als we bij u iets neer kunnen leggen.

Marokkaanse pompoensoep

bijgerecht voor 2 personen

2 eetl. zonnebloemolie, 2 fijngehakt teentjes knoflook, 1 pompoen, 1 liter water, 2 groentebouillontabletten, 1 theel. gemalen komijn, 1 theel. Citroensap, zout en versgemalen zwarte peper, 200 gram kipfilet in reepjes, mespunt kaneel, 1 deciliter olie om te frituren, 1 eetl. korianderblaadjes en 1 eetl. muntblaadjes

Was de pompoen, snijd de pompoen in vieren en verwijder de pitten. Schillen hoeft niet. Verhit de zonnebloemolie in een grote soeppan en fruit de knoflook. Voeg de pompoen toe en bak deze al omscheppend een minuut of twee mee. Voeg dan 1 liter water, de groentebouillontabletten, komijn, het Citroensap, zout en peper toe en breng alles aan de kook. Laat de soep een minuut of twintig zachtjes pruttelen. Verhit de frituurolie in een wok of koekenpan en frituur de koriander en munt knapperig. Schep de kruiden met een schuimspaan uit de pan en laat ze uitlekken op keukenpapier. Pureer de soep met een staafmixer of in de keukenmachine en breng hem opnieuw aan de kook. Voeg de kip toe en laat de soep nog een minuut of vijf zachtjes pruttelen tot de reepjes gaar zijn. Breng de soep op smaak met zout en peper. Schenk de soep in kommen en strooi de kaneel en gefrituurde kruiden erover. Lekker met repen sesambrood.

Bron: www.smulweb.nl / de Volkskrant

Stamppot snijbiet met paddenstoelen en ui

hoofdgerecht voor 2 personen

1 bosje snijbiet, 500 gr aardappels, 100 ml warme melk, 25 gr boter, nootmuskaat, 15 gr kruidenboter (of gewone boter), 1 kleine ui, 125 gr paddenstoelen, klontje boter, paprikapoeder, chilipoeder, peper, zout, 1 ei
Snijbiet wassen. Snijd de snijbiet in stukjes van hooguit 2 cm. Kook snijbiet gaar in een laagje water in ongeveer 10-15 minuten. Pel en snipper de ui. Kook de aardappels gaar en maak er met de warme melk en de (kruiden)boter een mooie gladde puree van. Bak de ui met wat paprikapoeder, chili, peper en zout tot ze bruin worden en bak dan de paddenstoelen mee tot die ook bruin zien. Breek een ei boven de massa en roer dit stevig door, zodat er een ui-paddenstoelen-eimengsel ontstaat. Giet de snijbiet af. Roer de snijbiet en het paddenstoelenmengsel door

de aardappelpuree. Even doorwarmen. Op smaak brengen met peper en zout.

Aardappel-venkelschotel met kaas

bijgerecht voor 2 personen

350 gr aardappelen, 225 gr knolvenkel, 1 ei, zout, peper, 125 gr ricotta-kaas, 1 ui, 45 g gruyerekaas (fijngeraspt), 1 eetl. broodkruim
Schil de aardappels en kook deze gaar in een bodempje water. Giet af en laat wat afkoelen. Snijd de aardappels in plakken. Maak de venkel schoon, snijd de stelen eraf, bewaar het fijne groen. Snijd de knollen in plakken en kook deze 10 min in gezouten water. Laat goed uitlekken. Snijd het venkelgroen klein. Klop de eieren samen met het venkelgroen, de ricotta en wat zout en peper. Vet een ovenschaal in en beleg de bodem met plakjes aardappel. Bedek met de helft van de venkel en de helft van het kaasmengsel en bestrooi met 1/3 van de uitjes en de gruyere. Herhaal deze handeling en eindig met een laag aardappelen. Meng de rest van de uitjes en de gruyere met het broodkruim en strooi dit over de aardappelen. Bak 30 min in een hete oven van 200°C tot de bovenkant krokant bruin is.

Bietjes met rode ui en balsamico-azijn

bijgerecht voor 2 personen

500 gr rode bieten, 1 eetl olijfolie, 1 eetl balsamicoazijn, 1/2 kleine rode ui, 50 gram feta of zachte geitenkaas, grof zeezout, versgemalen zwarte peper

Was de bieten en kook ze gaar in 40 min tot 1 uur. Laat eventueel afkoelen. Pel de bieten en snijd de bieten en de ui in kleine stukjes. Doe olijfolie in een pan en fruit hierin de ui. Doe er gelijk zout op en wat van de balsamicoazijn. Doe daarna de bietjes erbij en de rest van de balsamicoazijn. Goed blijven omroeren en zout en peper naar smaak toevoegen. Op het laatst nog even de kaas mee laten smelten.

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

