



Terugblik oogstfeest

Zaterdag was het oogstfeest. Het begon een beetje grijs en we dachten nog even: help, gaat het nu toch regenen? Maar al gauw werd het een bijna zomerse dag en werd er flink geoogst, gewinkeld en de pakken appelsap rolden vers uit de pers. Met 9 kraampjes was de markt mooi gevuld, en vanaf de middag was ook de barbecue geopend. Het zelf oogsten viel bij veel mensen erg in de smaak, we zullen de bordjes, die bij de groentes stonden maar goed bewaren, voor herhaling vatbaar! Overdag klonk er muziek en vaak hoorde ik weer iemand zeggen: kom we gaan eens bij de doedelzak en de trekharmonica kijken. Er zijn nog een boel lootjes verkocht voor de stichting Mensen voor de Aarde en 14:30 was dan de trekking. Er zijn op die dag al een aantal mensen met hun prijs naar huis gegaan, diegenen, die er niet konden zijn, krijgen deze week bericht. En ik denk dat ik toch maar aan numerologie begin, want er was iemand, die met zorg haar lotnummers had gekozen, en wel vier keer (van de 10 loten) in de prijzen gevallen is. De appelpers heeft vanaf 9 uur tot ca. 15 uur goed gedraaid, en toen was het stil voor de afsluiting van Northern Lights, de band, waarin ik al enkele jaren met veel plezier speel. Andere jaren werden ons de vingers stijf van de kou, nu was het heerlijk warm in de zon. Met een paar spontane dansers erbij was het een mooie afsluiting. Wie over een computer beschikt, kan hiervan een impressie krijgen op onze onlangs geopende facebookpagina.

Kathinka.

Mededeling:

Misschien is het u opgevallen: we hebben het demeter- en eurobiologo van de pakketbrief afgehaald. Van de controle kregen we het bericht, dat het inpakken van groentepakketten onder "verwerking" (het snijden, klaarmaken, koken, inmaken enz.) valt. We zouden ons kunnen aanmelden als verwerkend bedrijf voor het feit dat we uit verschillende kisten groentes nieuwe kisten groentes samenstellen. Daaraan kleef je een hele hoop administratie en extra kosten. Aangezien wij daar niet op zitten te wachten, doen we geen logo op het hele pakket, maar vermelden bij elk product, welk keurmerk het heeft. Verder verandert er niets.

Week 42, 18 oktober 2017

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

IJsbergsla b.d. 't Leeuweriksveld

Bloemkool b.d. „

Andijvie b.d. „

Suikermais b.d. „

Rode bieten b.d. BioRomeo, Ens

b.d.=biologisch-dynamisch geteeld

Week 43 verwacht: Prei, spruiten, sla divers, ...

Vacature: wij zoeken een chauffeur die regelmatig op dinsdagavond voor 't Leeuweriksveld naar de uitwisseling bij Marknesse, N.O.P., kan rijden. De klus duurt van 19u-22.30u. Heb je interesse, neem dan contact met ons op!

Eet u mee op 25 oktober?

We gaan tamme kastanjes eten en niet uit een pakje! Zelfgeraapte, gepelde en gekookte tamme kastanjes. Recepten liggen voor u klaar. U kunt aanschuiven om 18.00 uur. Aanmelden en doorgeven van dieetwensen kan via info@oogstenkokeneneten.nl of 06-19199934, uiterlijk op 23 oktober. *Alberta Rollema*

~Zingen en Dansen~

Mantraders

Locatie: – 't Leeuweriksveld'

Zondag – 19 november

Zondag – 17 december*

Tijd – Inloop om 13.30 (Koffie en thee)

Bijdrage: €17,50 per keer* (*Sparen voor korting)

info en opgave: Eleonora Helderma

06-18887523 of etmhelderma@gmail.com

AGENDA OKeE oktober 2017

18 oktober Workshop 'SUIKERVRIJE BON BONS' 19.00 tot 22.00 uur € 30,-

Aanmelden uiterlijk 16 oktober

21 oktober Ayurvedische workshop, theorie en praktijk 15.30 tot 20.00 uur € 30,-

Aanmelden uiterlijk 19 oktober

25 oktober Eten wat de pot schaft

18.00 tot 19.15 uur € 10,-

Aanmelden uiterlijk 23 oktober

28 oktober Workshop Zuurkool maken

13.30 tot 15.30 uur € 20,-

Aanmelden uiterlijk 26 oktober

Meer informatie en aanmeldingen via

0619199934 of info@oogstenkokeneneten.nl

Voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Gestoomde hartige maiskolven

bijgerecht voor 2 personen

2 maiskolven, kruidenzout, peper, evt. 1 theel. verse gemberwortel, 2 teentjes knoflook, een klontje boter, 1 eetl. sojasaus

Verwijder van de maiskolven de bladeren en draden en was de maiskolven. Halveer ze, zodat ze in een stoommandje of stoompan passen. Pers de knoflook en meng dit met peper, kruidenzout, gember en boter. Besmeer hiermee de kolven rondom. Leg de kolven in de stoompan of in het stoommandje (of in een roestvrijstalen zeef in een gewone pan). Stoom de mais in ruim een half uur gaar (controleer dit door met een vork in de kolf te prikken) en druppel er bij het opdienen de sojasaus over.

Sla met druiven, walnoten en geitenkaas

bijgerecht voor 2 personen

½ grote of 1 kleine krop sla, ± 3 eetl. honing, handjevol walnoten, trosje druiven, een paar plakjes geitenkaas, halve appel

Was de sla en snijd deze kleiner. Doe de sla in een kom. Verdeel 2 eetlepels honing over de sla en meng dit er goed door. Snijd de druiven eventueel doormidden, snijd de geitenkaas en de appel in kleine stukjes en hak de walnoten fijn. Verdeel de walnoten, druiven, geitenkaas en appel over de sla en giet eventueel nog een klein beetje extra honing over de salade. Alles goed door elkaar mengen.

Stamppot andijvie met kaas, paprika en cashewnoten

hoofdgerecht voor 2 personen

1 of ½ krop andijvie (300 gr gesneden), 375 gr aardappels, melk, 150 gr jong belegen kaas, 1 kleine groene puntpaprika of ½ rode paprika, 50 gram gezouten cashewnoten

Andijvie wassen en in reepjes snijden.

Aardappels schillen en in 20 minuten gaar koken. Kaas in blokjes snijden, paprika wassen en in kleine stukjes snijden. De gare aardappels met melk tot puree stampen. Andijvie, cashewnoten, kaas en paprika erdoor mengen.

Warm laten worden totdat de kaas gaat smelten.

Bron: www.smulweb.nl

Pasta met bloemkool

hoofdgerecht voor 2 personen

175 gr macaroni grande of andere pasta, 300 gr bloemkoolrosjes, 1 eetl olijfolie, 1 teentje knoflook, 75 ml crème fraîche, ½ eetl fijngesneden basilicum, 50 gr geraspte oude kaas

Kook de pasta in ruim kokend water met wat zout beetgaar. Kook de bloemkoolrosjes in weinig water met zout 3-4 minuten. Giet de bloemkool af en laat de groenten goed uitlekken. Pers het teentje knoflook. Verhit in een wok de olijfolie. Bak de bloemkool al omscheppend in 3-4 minuten knapperig gaar. Voeg de knoflook met de crème fraîche, de basilicum toe en zout en peper naar smaak. Schep de pasta met de helft van de kaas door de bloemkool en verwarm nog 1 minuut. Schep de pasta in 2 kommen of diepe borden en bestrooi met de rest van de kaas. NB: dit recept kan ook prima met broccoli.

Rode bieten met ui en tijm

bijgerecht voor 2 personen

500 gr rode bieten, 500 gr aardappels, verse of gedroogde tijm, 1 á 2 uien, 50 á 75 gr geitenkaas, mosterd, melk, roomboter, olijfolie, peper, zout

Oven voorverwarmen op 200°C. Schil de bieten. Snijd de bieten in plakken en kook de bietjes 15 minuten in een laagje water. Schil de aardappelen, snij ze in kleine blokjes en laat ze een minuutje of tien koken met wat zout. Snij de bietjes in dunne plakjes. Pel de uien en snijd deze in grove ringen. Fruit de uien in olijfolie een hapjespan. Voeg de plakjes rode biet toe en flink wat verse tijm. Smelt de geitenkaas er doorheen. Tot slot peper toevoegen, zachtjes laten pruttelen. Giet de aardappels af. Voeg een scheut melk en een klontje roomboter toe. Tot puree stampen. Roer er tot slot een eetlepel mosterd doorheen. Ovenschaal invetten. Bietjesmengel in een ovenschaal doen en afdekken met de aardappelpuree. Laat in het midden van de oven bakken tot de puree goudbruin is.

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