



Week 42, 16 oktober 2019

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Kropsla	't Leeuweriksveld
Bloemkool (wit of groen)	„
Andijvie	„
Bospeen	„
Cherrytomaatjes	„

Herfsttijd – oogsttijd

Ook al zitten we ineens in een herfstelijke hittegolf, is het nu toch duidelijk, dat de zomer voorbij is. Kortere dagen, bonte bladeren, rijpe vruchten en ook de nodige regen.

Op het land staat nog steeds van alles, maar een aantal grotere stukken zijn leeg gehaald. De pompoenen staan in grote kisten in de schuur. Afgelopen week hebben we de laatste aardappels uit de grond gehaald. De tunnelkassen staan er ook al weer heel anders bij, nadat de komkommers en tomaten eruit zijn gehaald, evenals de spekbonen. Daar staat nu al weer winterpostelein en veldsla en in de tomatenkas zijn herfstuitjes en knoflooktenen geplant. Sinds deze week hebben we spruitjes in de winkel, nu nog naast de snijbonen en cherrytomaten, een soort overgang van zomer naar herfst. We hebben afscheid genomen van onze Warmonderhofstagiaire, we lieten haar niet zo graag gaan, maar ja, zij moet weer verder in de schoolbanken. Als afscheidscadeau hebben we voor haar onder anderen een Yaconplant uitgegraven. Daar zaten echt veel knollen onder:



Binnenkort gaan we de hele rij oogsten, en dan moeten ze weer een aantal dagen verwarmd worden, want nu zit er nog geen smaak aan. Ook onze walnotenboom heeft dit jaar voor het eerst een beetje oogst. Die kunnen we oprapen en drogen. Oogsttijd- herfsttijd.

Kathinka.

Week 43 verwacht: Rode bataviasla, spruitjes, raapstelen, groene puntpaprika, pepertje, ...

Om alvast in de agenda te zetten:

Er komt weer een **KLEDINGRUILBEURS**

Op zaterdag 9 november bij ons op 't Leeuweriksveld. We weten al van een aantal mensen, waaronder wijzelf, dat ze de kledingkast even flink doorsorteren, dus er zal weer genoeg te ruilen zijn op die dag.

Hoe werkt het: neem 3 kledingstukken en € 1,- mee voor de onkosten en dan ruilen maar!

Eten wat de pot schaft

elke laatste woensdag van de maand aanschuiven op de kookzolder van 't Leeuweriksveld; 18 uur € 12,50 pp. Woe 30 oktober is er aansluitend aan de maaltijd een **LEZING** van homeopathe Ynette de Ronde over **vaccinaties**
Aanmelding t/m de maandag ervoor bij Alberta Rollema: info@oogstenskokeneten.nl of: 06-19199934

MantraDans met Dansen van Universele Vrede.

In Sleen bij het Banyancentrum
Drie data – Drie workshops – Dans, zang en meditatie

Laatste keer:

zondag – 3 november tijd: 13:15-15:30u

Informatie en aanmelding:

Eleonora Helderma 06-18887523

etmhelderma@gmail.com

Kropsla met yoghurt-dilledressing

bijgerecht voor 2 personen

1 kleine kropsla, ¼ komkommer, ½ paprika, 1 tomaat

Dressing: 75 ml. zonnebloemolie, 90 ml.

yoghurt, ½ eetl. witte wijnazijn, ½ eetl.

citroensap, ½ theel. (dijon) mosterd, 1 teentje

knoflook, 1½ eetl. verse dille, ½ theel. suiker,

witte peper naar smaak, eventueel mespuntje

worcestershiresaus

Was de kropsla en slinger deze droog. Snijd de komkommer, paprika en tomaat in stukjes.

Dressing: Pel de knoflook en pers deze. Was de dille en hak het fijn. Klop de knoflook en dille met de overige ingrediënten tot een dressing.

Meng in een schaal de kropsla, komkommer, paprika en tomaat en schenk de dressing erover.

Bron: www.smulweb.nl

Wortels met tijm en mosterd

bijgerecht voor 2 personen

500-600 gr wortelen, 25 gr boter, 150 ml

groentebouillon, 75 ml droge witte wijn, 1 eetl

tijm, 1 theel mosterdzaadjes, zout, zwarte peper

Wortels schoonmaken, in plakken snijden. Boter

smelten, wortels toevoegen. Wanneer alle

wortels met boter bedekt zijn, wijn en bouillon

toevoegen. Aan de kook brengen, tijm, mosterd

en zout toevoegen. Met deksel op de pan

zachtjes 10-20 min koken. Wanneer er dan nog

vocht over is, inkoken totdat de wortels licht

glanzen en bedekt zijn met stukjes tijm en

mosterd. Gemalen peper eroverheen strooien.

Vegetarische pasta met tomaatjes en rucola

hoofdgerecht voor 2 personen

200 gr pasta, 50 gr rucola, 2 grote tomaten of

250 gr cherrytomaatjes, 120 gr feta, 2 eetl

kappertjes, 2 eetl kleingesneden olijven, 1

citroen, 2 eetl olijfolie

Was de rucola en hak deze in stukjes. Snijd de

tomaten in blokjes. Verkruimel de feta. Rasp de

schil van de citroen en pers de citroen uit. Kook

de pasta beetgaar volgens de aanwijzingen op de

verpakking. Meng de rucola, de tomaat, de feta

en alle overige ingrediënten in een kom. Laat de

pasta uitlekken en meng hem door het

rucola/tomaat/feta-mengsel.

Griekse bloemkool

bijgerecht voor 2 personen

1 kleine bloemkool.

Saus: sap van 1 citroen, 250 ml witte wijn, 125

ml water, 1 takje tijm (of gedroogde tijm), 1

takje dille (of gedroogde dille), 1 laurierblaadje,

½ theel. witte peper, korianderzaadjes (lichtjes

geplet), 4 eetl. olijfolie, zout

Verdeel de bloemkool in roosjes en was ze.

Blancheer de bloemkoolroosjes gedurende 2-3

min. in kokend water met zout.

Laat ze uitlekken en leg ze in ijskoud water om

het kookproces te stoppen. Doe alle andere

ingrediënten in een kookpan, zet er een deksel

op, breng het geheel aan de kook en laat het 3-4

min. zieden (sterk koken). Voeg er dan de

bloemkoolroosjes aan toe.

Laat 10 min. koken op een matig tot zacht vuur

(deksel op de pan) tot de roosjes al dente zijn.

Haal ze uit de kookpan en houd ze warm. Zeef

het kookvocht en laat dit inkoken tot een lichte

stroop. Serveer de bloemkool met de saus.

Andijvie-ovenshotel

bijgerecht voor 2 personen

500 gr aardappelen, 1 krop andijvie, 75 gr

geraspte kaas, 2 eieren, peper en zout, boter

Verwarm de oven voor op 200°C. Aardappels

schillen, in plakken snijden, 5 min. koken en

afgieten. Andijvie goed wassen in ruim water en

in repen snijden. Blancheer de andijvie een paar

minuten in kokend water, giet het af en laat

uitlekken. Klop de eieren los met 50 gr geraspte

kaas en schep dit door de andijvie. Breng op

smaak met peper en zout. Vet een ovenschaal in

met boter. Schep de aardappelplakken in de

ovenschaal en verdeel het andijvie-eimengsel

erover. Strooi de rest van de kaas erover en

verdeel er wat klontjes boter over. Zet de schotel

ongeveer 25 min in de voorverwarmde oven.

Extra lekker met gebakken champignons of

kruidentofu.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

