



Broodfonds

Vorige week was de jaarvergadering van broodfonds Zuid Oost-Drenthe, de arbeidsongeschiktheidsverzekering voor kleine zelfstandigen waar we op deze plaats wel vaker over schreven. We zaten met bijna veertig man in een klein bovenzaaltje van een restaurant: een hovenier, een varkenshouder, een journaliste, zorgverleners, een transportondernemer, iemand met de missie om zoveel mogelijk scholen aan de I-pad te helpen, etc. etc., zelfs twee bioboeren dus. De sfeer was weer uitstekend, zo iets van: we regelen met elkaar onze eigen zaakjes in goed vertrouwen, hebben daar plezier in en (veel) baat bij. Het fonds staat er dan ook goed voor, we bestaan al ruim twee jaar maar het was nog niet nodig om uit te keren. Het maximum aantal leden (50) is bijna bereikt: we zijn nu met zijn 46-en. Bij de rondvraag heb ik voorgesteld dat iedereen voortaan zijn groente bij ons komt kopen, zodat we met elkaar nóg gezonder worden. Met als gevolg dat de volgende vergadering bij ons gaat plaatsvinden en ik dan een verhaal over biolandbouw ga houden! Heel leuk.

Zo'n verhaal over ons bedrijf mocht ik vorige week ook houden voor de protestantse vrouwenvereniging in Zuidbargo, een gezellige en actieve groep van wat oudere dames. Ook hier was de sfeer prima, er was veel belangstelling voor mijn verhaal en bewondering voor ons veelzijdige en intensieve bedrijf. Veel leden kennen de landbouw uit eigen ervaring in het verleden, en weten wat het betekent als een groot deel van het werk met de hand gedaan moet worden.

De groep beschikte over een gloednieuwe laptop en beamer, maar niemand kreeg die apparatuur aan de praat! Ik heb toen gezegd dat ze de plaatjes ook live bij ons kunnen komen zien, bv. in juni als het bedrijf op zijn mooist is. Dat zijn ze nu inderdaad van plan, waarschijnlijk in combinatie met een gezamenlijke maaltijd verzorgd door de Aanschuifafel van Alberta.

Wouter

Week 47, 23 nov 2016

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Groene kool	't Leeuweriksveld
Winterpostelein	„
Pastinaak	„
Zoete bataat	via de Zaai-ster
Tomaten, de laatste van dit seizoen van	Greenshield, Ens

Week 47 verwacht:

Veldsla, witlof, winterpeen, koolrabi, ...

Vrijdag 16 december vanaf 15 uur: kerstgebak en kerstliederen zingen.

Vanaf 15 uur kunt u met de koks van de aanschuifafel heerlijk bakken in kerstsfeer, en je eigengemaakte koekjes mee naar huis nemen. Daarna is om 17 uur een open zing uur met koor de Leeuwerikken: lekker zelf zingen en luisteren naar bekende en onbekende kerstliederen uit Europa.

Bijdrage voor deze middag: € 15,-

Beide delen van het programma kunnen ook apart bezocht worden. Voor het bakken graag aanmelden bij Alberta Rollema 06-19199934 of info@oogstenkokeneten.nl

Woensdag 21 december:

kerstdiner bij de aanschuifafel vanaf 17:30 uur en aansluitend om 19:15 uur het kerstspel uit Oberufer gespeeld door de grote mensen van 't Leeuweriksveld en vriendenkring

Het kerstdiner is de aanschuifafel in kerstsfeer met een uitgebreid menu, voor vegetariërs, vleeseters, veganisten naar wens.

€ 20,- per persoon.

Aanmelding en dieetwensen graag bij:

Alberta Rollema 06-19199934 of info@oogstenkokeneten.nl

Het kerstspel uit Oberufer is het kerstverhaal in een middeleeuws jasje en past in zijn vorm mooi op de boerderij, want het werd ook vandoor door boeren uitgevoerd. Ook heel geschikt voor kinderen vanaf kleuterleeftijd. Laat je intellect mooi thuis en duik in de sfeer van aandacht en eerbied versus boerenhumor. Ook op deze avond kunnen allebei delen apart bezocht worden.

Geroosterde bataat

bijgerecht voor 2 personen

500 gr zoete bataat, 1 tot 1½ eetl. olie, ½ eetl. Italiaanse kruiden

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Schil de bataat en snijd ze in plakken van a. 1½ cm dik. Bekleed een bakblik met bakpapier. Leg de bataatplakken hierop, bestrijk ze met olie en strooi er wat van de kruiden over. Keer ze en bestrijk de andere kant ook met olie en bestrooi ze met kruiden. Bak de aardappelen in het midden van de oven in ca. 30 minuten goudbruin en gaar. Bestrooi de zoete aardappel nu pas met zout. Bron: www.okokorecepten.nl

Groene kool stampot met cashewnoten

hoofdgerecht voor 2 personen

500 gr aardappelen, zout, peper, 1 kleine groene kool, 1 kleine ui, 25 gr boter, 1 theel kerriepoeder, 1 dl kruidenbouillon, 75 gr lichtgezouten cashewnoten

Schil de aardappelen en snijd ze in stukken. Kook de aardappelen in een pan met weinig water in circa 25 minuten gaar. Verwijder eventueel buitenste bladeren van de groene kool. Maak de andere bladeren los en verwijder de dikke nerven. Snijd de bladeren in grove repen. Pel de ui en snijd deze in ringen. Verhit 25 gr boter in een braadpan en fruit de ui met het kerriepoeder even aan. Schep de kool erdoor en bak het geheel af al omscheppend circa 3 minuten. Voeg de bouillon toe en smoor de kool in circa 10 minuten zachtjes gaar. Giet de aardappelen af en stamp ze fijn. Giet ook de kool af en vang het vocht op. Roer de rest van de boter en zoveel smoorvocht van de kool door de aardappelen dat er een smeuge puree ontstaat. Schep de kool en de cashewnoten erdoor. Voeg zout en peper naar smaak toe.

Pastinaakschotel met rijst

hoofdgerecht voor 2 personen

200 gr rijst, 1 ui, 100 gr kastanjechampignons, 450 gr pastinaak, 125 ml groentebouillon, 2½ eetl peterselie, olie
Pel en snipper de ui. Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Schil de pastinaak en snijd ze in blokjes. Bereid de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Ui fruiten, champignons even meebakken. Pastinaakblokjes toevoegen. Bouillon erbij en 10-15 minuten zachtjes beetgaar stoven. Op het laatst de peterselie erdoor scheppen. Serveren met de rijst. bron: www.smulweb.nl

Pasta met tomaten en spek

hoofdgerecht voor 2 personen

400 gr tomaten, 1 rode paprika, ½ spaanse peper, 30 gr mager rookspek, 1 teentje knoflook, 150 gram (volkoren) macaroni, tijm, 10 blaadjes basilicum, 2 eetl geraspte oude 30+ kaas

Was de tomaten en snijd ze in stukken. Maak de paprika schoon en snijd deze in blokjes. Verwijder van het stukje peper de pitjes en snijd het pepertje klein. Snijd het spek in reepjes. Bak in een wok of braadpan het spek langzaam uit. Snijd het teentje knoflook klein en bak het kort mee. Voeg de stukken tomaat, de blokjes paprika en de peper mee en laat dit tenminste 10 minuten zacht smoren. Kook intussen in ruim water de macaroni volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking. Maak de tomatensaus op smaak met peper en tijm en roer op het laatst de gescheurde basilicumblaadjes er door. Serveer de saus met de pasta en strooi geraspte oude 30+ kaas erover.

Bron: www.voedingscentrum.nl

Winterpostelein met geitenkaas en zoete noten

bijgerecht voor 2 personen

120 gr winterpostelein, 2 eetl. limoen- of citroensap, 1 theel. mosterd, 1 eetl. gembersiroop, 1 sinaasappel, 2 eetl. olijfolie, 50 gr geitenkaas, 50 gr hazelnoten, 1 eetl. honing

Winterpostelein wassen en goed laten uitlekken. Limoen- of citroensap, mosterd, gembersiroop en olie mengen tot een romige dressing. Dit gaat goed met een kleine garde. Sinaasappel schillen, klein snijden en mengen met de dressing en de winterpostelein. Kaas over de salade verdelen. Noten roosteren in een droge koekenpan. Voeg als de noten beginnen te geuren de honing toe. Laat de honing om de noten smelten op een laag vuur. Roer een paar maal om en schep de honingnoten over de salade.

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

