



1^e editie ZandZoomer festival geslaagd!

Afgelopen zaterdag was het dan zover: onze brink werd festivalterrein. Al twee dagen van tevoren werd druk opgebouwd: een groot overdekt podium, een bar en meer. Mooi versierd stond het er feestelijk bij. Zaterdag vanaf 14 uur kwamen de eerste bezoekers en werd het festival geopend door onze gelegenheids-huisband. Daarna volgde een rijk gevuld programma met verschillende bands, poi danseressen, er was van alles te doen voor de kinderen en het puntje op de I was de trapeze circusact van Maria en Tomaso, die twee keer te zien was. De hele middag was er lekker eten en rijkelijk drinken aan de bar te halen en toen de avond koeler werd, kon iedereen opwarmen bij het kampvuur. De grote houten zonnebloem werd in brand gestoken. Toen het steeds donkerder werd, kwam ook de lichtkunst pas mooi tevoorschijn: op verschillende plekken waren mooie lichtinstallaties opgebouwd: achter het podium, op de toegangswegen en in één van de tunnelkassen. De huisband sloot het festival af aan het vuur en iedereen ging met een vrolijk gezicht naar huis.

De hele dag waren mensen bezig met de catering en het was een goede extra hulp, dat onze vrijwilligster van 't Leeuweriksveld al zaterdag ochtend mee kwam helpen.

En dan moeten we natuurlijk de weergoden bedanken, de hele tijd was het zonnig en windstil, wat wil een mens meer?

En voor wie het dit jaar gemist heeft: dit was de 1^e editie en er zullen meer volgen. Ook de mix van de verschillende kunsten: muziek, kleinkunst, circus, dat willen we erin houden.

Kathinka.

Week 38, 18 september 2024

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Bindsla	't Leeuweriksveld
Bospeen	„
Koolrabi	„
Palmkool	„
Pompoen	„

In week 38 verwacht:

Kropsla, pastinaken, basilicum, ...

Preparatendag

op zo. 29 september maken we de preparaten. Geïnteresseerden zijn daarbij van harte welkom. 14u tot plm 19u. afsluiting met soep en brood.

Wil je wat meer weten over biologisch dynamisch, is dit een goed moment om gewoon te beleven en ervaren door mee te doen.

Aanmelding noodzakelijk.

Biodynamisch dineren

Dit jaar nog één keer bij ons.

Zaterdag 19 oktober

16 uur rondleiding over de boerderij

Een inkijk in het herfstige Leeuweriksveld en waarom wij voor biodynamisch kiezen.

18 uur diner. Dan kookt Alberta met haar team voor u de sterren van de hemel met een heerlijk herfstig menu, wat het land geeft.

€ 29,50 per persoon

Aanmelden en info bij Alberta Rollema:

info@oogstenkokeneten.nl

Eten wat de pot schaft

Woensdag 30 oktober 18 uur op

't Leeuweriksveld.

€ 20,-/pp. Aanmelden en info bij Alberta Rollema: info@oogstenkokeneten.nl

Noodoproep!

Je weet maar nooit...

Mijn dochter dreigt per 1 oktober as. dakloos te worden. We zijn dus met spoed op zoek naar woonruimte (kamer of appartement) of een inschrijfadres in Zwolle.

Reacties graag naar: Eleonora.

etmhelderma@gmail.com of:

06-18887523 zegt het voort.

voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Sladressing met zout, zoet, zuur en bitter

2 delen olie of yoghurt, 1 deel azijn of citroensap of sinaasappelsap, geroosterde komijn-, koriander-, karwij- of venkelzaad, mosterd, zout en peper.

Maak een mengsel in een jampot. Schudden en een paar dagen bewaren in de koelkast.

Soep met pompoen, salie en room

1 pompoen, bouillonpoeder, een klein handje verse salie of een eetlepel gedroogde, een pakje soja cuisine of haverroom of een potje crème fraîche, een eetlepel geraspte gember, zout en peper, evt nog wat extra salie voor de garnering, olijfolie.

Snijd de pompoen doormidden en in kwarten. Verwijder de pitten. Je hoeft nu nog niet te schillen omdat de schil gaar kookt. Breng ca 0,75 liter water aan de kook en doe de kwarten pompoen erin. Snipper de salie en doe erbij. Rasp een stuk gember en doe in de soep. Laat zo'n 20 minuten garen. Zet dan je staafmixer erin. Breng op smaak met bouillonpoeder, zout en peper en doe tot slot de room erbij. Roer goed. Voor de puntjes op de i kun je nog wat salieblaadjes frituren in een laagje olijfolie met wat zout en peper. Laat uitlekken op keukenpapier en strooi over de soep.

Rauwkost van wortel en koolrabi.

Handjevol wortels, 1 koolrabi, 1 blad palmkool, olijfolie, gembersiroop, handjevol rozijnen of een appel, zout en peper, citroensap, paar walnoten.

Zet de rozijnen een kwartiertje in de week in wat water. Was de wortels en rasp ze. Meng er direct wat citroensap door tegen verkleuring. Schil de koolrabi en rasp deze ook. Rasp de appel als je die gebruikt en meng direct met de wortel en koolrabi. Roer er twee eetlepels olie door en 1 eetlepel gembersiroop. Voeg een beetje zout en peper toe en tot slot de uitgelekte rozijnen. Snij het blad van de palmkool heel fijn, alleen het blad, de nerf is te hard. Meng de gesnipperde palmkool door de salade; de kleuren komen nu beter tot hun recht. Decoreer met een paar walnoten.

Geroerbakte worteltjes met koriander en venkelzaad

Bospeenworteltjes, zout en peper, citroensap, 2 tl korianderzaad, 2 tl venkelzaad, olijfolie, 2 knoflookteentjes, scheutje agavesiroop en een bosuitje of platte peterselie.

Snijd de worteltjes in plakjes van een centimeter. Rooster de komijn en venkelzaadjes in een droge koekenpan tot ze beginnen te geuren.

Snijd de knoflookteentjes fijn. Snipper de bosui of peterselie. Pers een citroen uit en gebruik een halve eetlepel. Verhit een scheut olie in een koekenpan. Bak de wortelschijfjes op een zacht vuurtje, roer af en toe. Voeg tussendoor zout en peper toe en het citroensap. Halverwege de baktijd kunnen de geroosterde zaadjes erbij. Als de worteltjes aanbakken kun je een klein scheutje water erbij doen. Voeg tegen het einde van de baktijd een scheut gembersiroop toe en roerbak dat nog een paar minuutjes mee. Voeg tot slot de gesnipperde bosui of peterselie toe.

Pompoen uit de oven.

1 pompoen, olijfolie, zout en peper, rozemarijn, een paar knoflookteentjes.

Verwarm de oven voor op 180 graden en bekleed een bakplaat met bakpapier. Snij de pompoen doormidden en in kwarten en verwijder de pitten. Snij de kwarten in repen en verspreid ze over de bakplaat. Ontvel de knoflookteentjes en halveer ze. Leg tussen de pompoen in en verdeel wat rozemarijn over de bakplaat. Sprenkel er wat olijfolie over, wat zout en peper en hussel de boel door elkaar. Zet 20 minuten in de oven en roer alles tussendoor nog even.

Stamppot palmkool met zongedroogde tomaatjes en paddenstoelen

400 gram palmkool, 25 gram zongedroogde tomaatjes, olijfolie, 500 gram aardappelen, roomboter, zout en peper, 250 gram kastanjechampignons, 100 gram shi i takes.

Schil en kook de aardappelen 20 minuten. Giet ze af en stamp met behulp van een klont roomboter tot puree. Snipper de gedroogde tomaatjes en roer door de puree, zo wellen ze alvast een beetje. Snipper de palmkool (als je ervan houdt snipper je de nerf mee -blijft wat knapperig-) en bak gaar in wat olijfolie met zout en peper. Snij de kastanjechampignons in plakjes. Haal de palmkool uit de pan en roerbak de kastanjechampignons met wat zout en peper. Verwijder de steeltjes van de shi i takes (kunnen weg) en snijd de paddenstoelen in reepjes. Fruit de shi i takes ook met wat zout en peper. Doe dan alles in een pan en warm al roerend nog even goed op.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

