



't Leeuweriksveld

Schoolklas op bezoek

De laatste dingen van het festival waren net opgeruimd en toen kwam al weer de volgende groep op de brink: Van dinsdag t/m vrijdag was een 1^e klas van het Parcivalcollege Groningen (middelbare Vrije school) bij ons te gast. Ze kampeerden in tenten op het grasveld, hadden van kratten met platen erop een grote eettafel gemaakt en onze grote vuurschaal was het middelpunt van hun kring. De meeste tijd hadden zij hun eigen programma, maar twee ochtenden in de week hielpen ze een handje mee. (een beetje werkervaring op de boerderij). Inmiddels is dit al de 4^e keer, dat hier een klas bij ons logeert en elke klas heeft dan weer z'n eigen karakter. Deze kinderen waren vriendelijk en positief. Ze werkten best goed mee en zo waren de klussen: een kopakker aardappels rooien en pompoenen oogsten ook snel geklaard en bleef er nog wat tijd over om zuring te steken en onkruid te wieden. Dat vond niet iedereen even leuk, maar toch ziet nu de paarse boerenkool super mooi uit. Wouter stelde hun ook de vraag, wat het verschil tussen mensen en dieren is. Er kwamen spontane en boeiende antwoorden en niet een discussie over dat er misschien toch eigenlijk helemaal geen verschil is...? Zo werd er bv gezegd: mensen kunnen samenwerken, mensen kunnen praten, mensen kunnen vooruitdenken. Voor de eerste stelling leverde deze klas een mooi bewijs, ze konden prima met elkaar zijn. Met z'n allen hebben ze ons nog een leuke zelfgemaakte vogelverschrikker cadeau gegeven, vernoemd naar hun schoolconciërge, en toen ze het erf weer affietsten, bedankten sommige leerlingen ons nog voor de mooie werkdagen. En ook deze keer hebben de weergoden hier hun best gedaan, om hun een leuke tijd te bezorgen.

Kathinka.

Week 39, 25 september 2024

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Kropsla	't Leeuweriksveld
Snijbiet	„
Diverse bonen	„
Groenlof óf andijvie	„
Gele biet	„

In week 40 verwacht:

Div. sla, pastinaken, suikermais, ...

Dit weekend:

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@oogstenskokeneten.nl

Eten wat de pot schaft

Woensdag 30 oktober 18 uur op

't Leeuweriksveld.

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

voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Sla met basilicum dressing

½ krop sla, 1 tomaat, ½ komkommer, ½ rode paprika

Dressing: 1 dl extra vierge olijfolie, 2 el appelazijn, zwarte peper, zout, 10 blaadjes verse basilicum

Was de sla en snijd deze kleiner. Snijd de tomaat in stukjes en de komkommer in blokjes. Snijd de paprika in reepjes. Meng alles door elkaar. Snijd de basilicumblaadjes in stukjes. Meng alle ingrediënten voor de dressing en giet de dressing over de salade.

Snijbiet met tempeh en pindasaus

hoofdgerecht voor 2 personen

150-200 gr granen (bijv. spaghetti van kamut of zilvervliesrijst), 1 bosje snijbiet, ½ blok tempeh (of 1/2 blok (rook) tahoe of pak vegetarische roerbakreepjes), olie om in te bakken, 1 ui, 1 teentje knoflook, 4 flinke eetl. pindakaas, 2 dl. (kokos) melk, evt. theelepel sambal

Kook de granen volgens de gebruiksaanwijzing gaar. Was de snijbiet en laat uitlekken. Snijd het blad zeer grof en de stelen wat fijner. Pel en snipper de ui en knoflook.

Verhit de olie en bak de tempeh op hoog vuur in ca. 5 min. krokant en bruin. Voeg ui en knoflook toe en roerbak nog enkele minuten. Verlaag het vuur, doe de pindakaas bij de tempeh en roer er de kokosmelk door. Laat langzaam warm worden.

In een (andere) wok of koekenpan in enkele minuten op hoog vuur de snijbiet heel snel roerbakken. Voeg dit bij het tempemengsel, roer nog even door en breng naar wens op smaak met zout, peper of sambal.

Maak een grote schaal op met de granen en giet daarover de tempesaus. Meteen serveren.

Bron: www.odin.nl

Bietjes met geitenkaas en walnoten

voor-/bijgerecht voor 2 personen

500 gr bietjes, 400 gr zachte geitenkaas, 2 dessertlepels vloeibare honing, 3 eetl azijn, 2 theel mosterd, 8 eetl olie, zout, peper, 2 eetl klein geknipte bieslook, 200 gr gemengde sla of andere sla, 150 gram walnoten

Was de bietjes, kook ze gaar in ongeveer 40-60 minuten, laat ze afkoelen en haal de schil eraf. Snijd uit elke biet een aantal plakken van ca. 2 cm dik. Snijd de rest van de biet in dobbelsteentjes. Verwarm de grill van de oven voor. Meng azijn en mosterd en schenk hier al roerend de olie bij. Breng op smaak met zout en peper en bieslook en marineer hiermee de blokjes biet, laat minimaal 10 minuten staan. Verdeel de geitenkaas over de plakken biet en

bedruppel de kaas met de vloeibare honing.

Schuif de plakken biet met geitenkaas onder de hete grill tot de kaas licht begint te kleuren.

Verdeel de slablaadjes over de borden. Schep de blokjes biet met de dressing hierover. Leg de gegrilde biet met kaas in het midden en bestrooi met de walnoten.

Penne met roomandijvie en knoflookkruid

hoofdgerecht voor 2 personen

150 gr volkoren penne, 1 struik andijvie (350-400 gr), 2 eetlepels olijfolie, ½ ui, 75 ml crème fraîche, 1 eetl verse tijmblaadjes, 2 sneetjes oud bruinbrood of wit zonder korst, 1 teen knoflook

Kook de penne in ruim water met zout beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd de harde onderkant van de andijvie en verwijder eventueel harde nerven. Was de losse bladeren en laat goed uitlekken. Snijd ze grof. Pel en snipper de ui. Verhit in een koekenpan 1 eetlepel olie en fruit de ui. Bak de andijvie mee: voeg steeds een flinke hand andijvie toe als de vorige portie is geslonken. Roer de crème fraîche en de tijm erdoor en houd op laag vuur warm. Maal het brood fijn met de staafmixer, of de keukenmachine. Pel de knoflook en pers deze uit. Verhit in een andere koekenpan de rest van de olie. Bak het broodkruid krokant. Schep er de knoflook door en bak nog 30 seconden. Maak op smaak met zout. Giet de pasta af en schep deze door de andijvie. Breng op smaak met peper en zout en verdeel de pasta over 2 diepe borden. Bestrooi met het krokante broodkruid.

Griekse gesudderde sperziebonen in tomatensaus

400 g sperziebonen, 1 ui, 3 tenen knoflook, 400g gepelde tomaten, verse dille, olijfolie, zout en peper

Ui en knoflook klein snijden en fruiten in de olijfolie. In de tussentijd de sperziebonen beetgaar koken (10-12 minuten) en afgieten. Gepelde tomaten bij de ui en knoflook doen en even laten sudderen. Vervolgens de sperziebonen erbij doen. Op smaak brengen met zout en peper. Gesneden dille toevoegen en een kwartiertje laten sudderen. Lekker met olijvenbrood.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

