



Week 27, 4 juli 2018

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Rode bataviasla	't Leeuweriksveld
Capucijners	„
Bospeen	„
Nieuwe aardappels Frieslander	„
Andijvie	„

Week 28 verwacht: knolvenkel, bospeen, tuinbonen, rode eikebladsla, nieuwe uien...

Open dag bij Blauwe bessentelers

Op vrijdag 14 juli is er een landelijke open dag van Blauwe bessentelers. Ook de Bessengaard op 't Leeuweriksveld doet hieraan mee van 11-16 uur. Neem een kijk op de bessengaard, er zijn bessen te koop, proeverijen, rondleidingen en u kunt ook zelf plukken.

Agenda OKeE:

Eten wat de pot schaft

27 juni, 18.00 uur, € 10,-

Workshop 'Blauwe bessen'

21 juli 13 – 16 uur. Oogsten, Koken en Eten met blauwe bessen. Kinderen gratis, vanaf 16 jaar € 5,-, vanaf 21 jaar € 15,-

Eten wat de pot schaft

25 juli 18.00 uur € 10,-

Opgave tot twee dagen tevoren, incl evt dieetwensen.

Aanmelden via info@oogstenkokeneneten.nl of 0619199934.

Kiezelpreparaat

Elke laatste zaterdag van de maand roeren en spuiten we het kiezelpreparaat. De eerstvolgende keer is op zaterdag 28 juli. We beginnen om 7 uur, wie mee wil doen is van harte welkom, graag even aanmelden. Na afloop, plm. 10 u een lekker ontbijt met koffie.

Er is weer van alles gebeurd op 't Leeuweriksveld de afgelopen tijd.

Vorige week donderdag hebben we een vijver laten uitgraven op de koeienweide. Op een lage plek, waar het in het koude seizoen altijd te nat was, en ook het gras nooit mooi groeide, kortom een plek, waar je niet zo graag komt, is nu een mooi waterplek, waar je meteen graag komt. Ca 7 bij 13 meter groot, met twee heuveltjes aan de zijkanten en een stukje zand aan de voorkant. Het was verbazend, hoe zelfs bij deze droogte het waterpeil nog steeds tot ongeveer 50cm onder het aardoppervlak is. We hebben meteen twee emmers water van een mooie natuurvijver van vrienden erin gedaan, zo heb je meteen de goede micro-organismen in het water. Binnenkort gaan we planten in en om het water zetten. Er was al een libelle aan het verkennen, maar ze miste toch de begroeiing. De jeugd van 't Leeuweriksveld heeft ook al een eerste duik genomen en vond het water best koud.

Vrijdagavond gingen Wouter en ik op bezoek bij de oude Avebe fabriek in Ter Apel. Deze staat sinds meer dan 30 jaar stil, en nu gaat er een groep mensen met een ecodorp beginnen. Er staan daar heel veel gebouwen in verschillende staat van verval, en wat vooral mooi was, was om te zien, hoe de natuur de regie weer overneemt. Zo was er een muur, waar uit de voegen bomen groeiden, een kunstwerk op zich. We hebben van onze crowdfundingactie verteld van de aankoop van de drie hectare grond, want ook hun willen, dat met de grond van het ecodorp niet meer gespeculeerd kan worden. Het was een mooie ontmoeting.

Ook alle gewone werkzaamheden gingen weer door, aangevuld met het slepen van de beregeningsbuizen, want met dit weer zou je overal tegelijk willen beregenen. En één van onze trouwe vrijwilligsters is al dagen en dagen bezig om met engelengeduld eerst de rupsen van de koolplanten te verzamelen en nu de coloradokevers van de aardappelplanten, die voor het eerst sinds wij in Nederland boeren, echt een plaag zijn, en de planten behoorlijk aantasten. Van harte dank hiervoor!

Voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Kruidige aardappelsalade met pittige mosterd dressing

Hoofdgerecht voor 2 personen

400 gr aardappels, 15 sprietjes bieslook, 5 eetl olie, 3½ takje peterselie, 3 eetl witte wijnazijn, 3 eetl mayonaise, 1½ eetl grove mosterd, 1 rode ui, ½ groene paprika

Schil de aardappels en snijd ze in blokjes van 1,5 cm. Kook ze in een bodempje water in 12 minuten gaar. Giet ze af. Roer in een kom een saus van: olijfolie, azijn, mosterd, zout en peper. Schep de warme aardappelen erdoor. Pel de uien en snipper deze fijn. Was de paprika, halveer hem en verwijder de zaadlijsten. Snij een halve paprika in dunne reepjes en halveer de reepjes. Knip de bieslook en 3 takjes peterselie fijn. Voeg aan de aardappelen ui, paprika, bieslook, peterselie en mayonaise toe. Schep alles goed door elkaar. Garneer met toefjes peterselie. Serveer de salade lauwwarm of koud. Lekker met bruin brood.

Geroosterde wortels

bijgerecht voor 2 personen

500 gr wortels, olijfolie, zout, eventueel tenen knoflook, balsamicoazijn, zeezout

Verwarm de oven voor op 180°C (gasovenstand 4). Schil of schrap de wortels en snijd ze in de lengte in kwarten snijden. Leg ze met wat olijfolie en een snuffje zout in een braadslee, eventueel met wat licht geplette tenen knoflook. Rooster ze 35 minuten tot ze goudbruin en zacht zijn, en keer ze halverwege een keer om. Maak ze af met een drupje balsamicoazijn en wat zeezout.

Spaghetti met jonge tuinbonen en spekjes

hoofdgerecht voor 2 personen

750 gr verse tuinbonen, 150 gr gedroogde spaghetti of 250 gr verse spaghetti, 50 gr doorregen spek, 1 eetlepel olijfolie, 100 ml slagroom, 25 gr Parmezaanse kaas aan een stuk

Dop de tuinbonen: Open de peulen door met twee duimen op de bolle kant te drukken. Rits ze langs de midden-naad verder open met de duim. De bonen uit de peul wippen. Kook de tuinbonen 2 minuten in water. Spoel ze af met koud water en laat uitlekken. Kook de spaghetti beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking en giet af in een vergiet. Snijd het spek in stukjes. Bak de stukjes spek krokant in de olijfolie. Schenk de room bij de uitgebakken spekjes en roer op middelhoog vuur door elkaar; laat 1 minuut zachtjes doorkoken. De spekjes zorgen voor een zilte smaak, waardoor je geen zout hoeft toe te voegen. Voeg wel naar smaak wat

peper toe. Doe de tuinbonen erbij en draai het vuur laag. Doe dan de uitgelekte pasta erbij en meng alles goed.

Schep de pasta in diepe borden en rasp de Parmezaanse kaas erover.

Bron: www.okokorecepten.nl

Andijviestamppot met brie en cashewnoten

hoofdgerecht voor 2 personen

500 gr kruimige aardappelen, 400 gr andijvie, ca. 750 ml melk, 100 gr. roombrie, 75 gr. lichtgezouten cashewnoten, 1 eetl. olijfolie of kruidenolie, zout

Schil de aardappels en snijd ze in stukken. Was de andijvie en snijd deze in reepjes. Snijd de roombrie in blokjes. Kook de aardappels met een beetje zout in 15 tot 20 minuten gaar. Giet ze af en stamp ze fijn. Voeg er al roerend de olijfolie (of kruidenolie) en zoveel melk aan toe totdat er een smeùige puree ontstaat. Schep er beetje bij beetje de andijvie door en verwarm de stamppot al roerend op een zacht vuur tot de andijvie begint te slinken. Schep er tenslotte de blokjes roombrie en de cashewnoten door.

Bataviasla met appel en yoghurt dressing

bijgerecht voor 2 personen

½ krop bataviasla, 1 kleine appel

Voor de dressing: ½ citroen, 75 ml yoghurt, ½ eetl mayonaise, ½ teentje knoflook, zout en peper, ½ bosje peterselie, ½ bosje bieslook

De citroen uitpersen. De yoghurt en de mayo in een schaal doen en tweederde van het citroensap erdoor roeren. De knoflook pellen en erboven uitpersen. De saus op smaak brengen met zout en peper. De peterselie en de bieslook afspoelen, van de peterselie de blaadjes plukken en deze fijnsnijden. De bieslook in ringetjes snijden en met de peterselie door de dressing mengen. Tot gebruik in de koelkast zetten. De sla grondig wassen, in een vergiet goed laten uitlekken en de bladeren in kleine stukken scheuren. De sla met een slacentrifuge of in een theedoek droogslingeren. De appel schillen, het klokhuis verwijderen. In kleine stukjes snijden. Besprenkelen met de rest van het citroensap. De sla en de appelstukjes in een grote slakom doen en de yoghurt dressing erdoor roeren. Direct serveren.

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

