



Week 32

9 augustus 2017

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Prei	't Leeuweriksveld
Courgette en/of tomaten	„
Eikenbladsla	„
Witte kool of spitskool	„
Sperziebonen	Groot Hendrikshoeve, Elim

Week 33 verwacht: blijft nog even een verrassing.....

Laatste zaterdag in de maand: kiezelpreparaat

De eerstvolgende keer is op 26 augustus om 7 u in de ochtend. Geïnteresseerden zijn van harte welkom om deel te nemen, wel graag even aanmelden. Op zondag 1 okt maken we weer het hoornmest- en de compostpreparaten.

Gerard Back uit Coevorden heeft zelf **honingbomen** opgekweekt uit zaad, 15 st, plm 2m hoog, komend najaar gratis af te halen. 0524522523 email g.back@hetnet.nl

We hebben weer héérlijke nieuwe aardappels, een goed moment om een aardappelabonnement te nemen! Eénmaal per twee weken een papieren zak met drie kg aardappels van het Leeuweriksveld voor €4,- per keer. Deelname minimaal 14 weken/7 pakketten.

Fipronil

Is fipronil het zoveelste schandaal in de vee-industrie? Op het eerste gezicht niet, geknoei met ongediertebestrijding. Met rampzalige gevolgen voor de sector. Echter als we wat dieper kijken wel. Eerst maar even hoe het zit. De rode vogelmijt, ten onrechte bloedluis genoemd, is een hardnekkig probleem voor alle pluimveehouders, groot en klein, professioneel en hobbyhouders. De vogelmijt is een ectoparasiet die, vooral 's nachts, bloed zuigt bij hoenders. Overdags houden de meeste mijten zich schuil in spleten en kieren, enz. in de stal. Bestrijding is buitengewoon lastig. De mijten kunnen gemakkelijk 9 maanden overleven zonder pluimvee. De hobby kippenhouder kan ze bestrijden met enkele natuurlijke middelen. In de grootschalige pluimveehouderij vindt men die middelen te duur of te arbeidsintensief. Een ernstige besmetting met vogelmijt leidt tot productieverlies. En soms kleine bloedstippen op de eieren. Alle amechtige verhalen over het welzijn van de leghennen ten spijt, het gaat gewoon om geld. Het houderijsysteem zou er op gericht moeten zijn te voorkomen dat de vogelmijt kan toeslaan. Als de hoenders ruime mogelijkheden hebben voor stofbadgedrag kunnen ze zelf mijten bestrijden. Ook preventieve bestrijding met natuurlijke middelen is heel nuttig.

De meest principiële aanpak echter is het fokken van hoenders met een dikkere en hardere huid. Daardoor zullen de mijten veel meer moeite hebben de huid stuk te bijten en bloed te zuigen. De moderne pluimvee-industrie is daarin niet geïnteresseerd. De leghennen worden doorgaans toch niet ouder dan anderhalf jaar. Vanuit de BD-Landbouw zijn er twee initiatieven om een robuuste vitale biologische kip die tegen een stootje kan, te ontwikkelen. De Vredelinger waarvan er inmiddels rond de 1500 lopen. En op nog bescheidener schaal de Hagheweyder, waarvan het aantal rond de 100 ligt.

Hans Meijer (leverancier van eieren aan 't Leeuweriksveld)
Nova Zembla, Gees

Loterij 2017 door:

Stichting Mensen



Aarde

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

De trekking zal zijn op zaterdag 14 oktober op 't Leeuweriksveld, Zandzoom 72 te Emmen

Prijs per lot € 5,- per 5 loten € 20,-

Aantal loten 1500 stuks

Een greep uit de prijzen: 1 weekend op natuurcamping Fila-Delfia, cursus spekstenen, Eten bij OKeE, Blauwe bessen plukken en (web)winkeltegoedbonnen.

De stichting helpt bij de uitbreiding van duurzame biologische landbouw. De opbrengst van deze loterij is voor de afsluiting van de crowdfundingactie "1000 x €

Sperziebonen met pijnboompitten en Parmezaanse kaas

400 gr sperziebonen, 1 eetl. boter of margarine, 1 ui, zwarte peper, 3 eetl. Pijnboompitten, 50 gr Parmezaanse kaas, enkele blaadjes munt (eventueel)

Was de sperziebonen en snijd de uiteinden eraf. Pel en snipper de ui. Kook de sperziebonen in water met zout tot ze beetbaar zijn. Koel ze af onder koud water. Smelt de boter in de pan van de boontjes. Bak de ui glazig in de boter. Doe de boontjes opnieuw in de pan. Kruid met flink wat zwarte peper van de molen. Neem een andere pan, met antiaanbaklaag en rooster hierin kort de pijnboompitten. Let op dat ze niet aanbranden! Bestrooi de pijnboompitten met zout. Doe de boontjes in een schaal. Bestrooi ze met de pijnboompitten en schaaf er enkele krullen Parmezaanse kaas over. Versier eventueel met enkele blaadjes munt. Serveer warm of koud.

Bron: www.okokorecepten.nl / kookboek *Lekker koken met een klein budget van D. Wynter*

Courgette met ui en tomaat

bijgerecht voor 2 personen
200 gr courgette, 1 flinke ui, 1 teentje knoflook, 2 grote vleestomaten, ½ theel. gedroogde Provençalse kruiden, 2 eetl. olijfolie, zout, versgemalen peper, 1 eetl. fijngehakte peterselie

Was de courgette en snijd deze met de schil in blokjes van circa 2 x 2 cm. Snipper de uien en de knoflook. Kruis de tomaten in, dompel ze een paar tellen in kokend water, laat ze onder de koude kraan schrikken, ontvel ze en snijd ze in blokjes. Pel en snipper de ui en knoflook. Verhit de olie in een pan en fruit de ui glazig. Laat de knoflook en de kruiden kort meebakken. Voeg de courgetteblokjes toe en laat ze circa 3 minuten omscheppend meebakken. Voeg de tomaten en 1 kopje water toe, bestrooi met wat zout en peper, schep goed om en breng aan de kook. Draai het vuur laag en laat met het deksel op de pan circa 10 minuten zachtjes stoven. Bestrooi met de peterselie. Lekker bij bij vlees of vis of met blokjes feta erdoor.

Bron: www.smulweb.nl

Sla met tonijn

bijgerecht voor 2 personen
½ krop sla, 1 ei, 1 kleine tomaat, ¼ komkommer, ½ blikje tonijn op water of olie
Dressing: 50 ml volle yoghurt, ¼ theel. mosterd, ¾ eetl citroensap, 1 eetl. olie, zout, peper, 5 gr verse bieslook
Kook het ei hard en laat afkoelen. Pel het ei en snijd deze in plakjes. Was de sla, laat goed uitlekken en scheur de blaadjes kleiner. Was de tomaat en komkommer en snijd ze in plakjes. Giet het blikje tonijn af. Knip de bieslook fijn. Meng de ingrediënten voor de dressing en maak op smaak met zout en peper. Meng de sla met de tomaat, komkommer en tonijn en de dressing. Garneer met de plakjes ei.

Bron: www.smulweb.nl

Koolschotel met appel en kaas

hoofdgerecht voor 2 personen
500 gr witte of spitskool, 1 ui, 1 klein teentje knoflook, 500 gr aardappelen, 1 appel, ¼ eetlepel kerriepoeder, 20 gr margarine, zout en peper, 100 gr komijnekaas (1 dikke plak)
De kool in repen snijden, ui en knoflook snipperen. Aardappelen schillen en in plakjes snijden, evenals de appels. De kool, ui en knoflook met de kerriepoeder in een ruime braadpan fruiten. De aardappelplakjes en appels erbij roeren en al omscheppend nog even bakken. Met zout en peper bestrooien en 1 dl water toevoegen. In afgesloten pan nog 15 minuten op laag vuur laten stoven. Kaas in blokjes snijden. Op het laatst de kaas erbij roeren. Goed doorwarmen en direct opdienen.

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

