



Het is grijs buiten, iedereen zit al de hele dag te geeuwen, tijd voor winterslaap? Aangezien wij mensen dat waarschijnlijk niet zouden overleven, hebben wij hier op de boerderij toch maar weer van alles geogst en klaargemaakt, zodat er weer een week gekookt en gegeten kan worden. En binnen is het ook heerlijk vertoeven, en zo gebeurt op de boerderij ook binnenshuis van alles. Afgelopen week is de euritmie cursus begonnen, zondag werd er gezongen en gedanst, zaterdag as. wordt er weer ayurvedisch gekookt. En hier onderaan is al weer een volgende aankondiging. Wij zijn ook al onze klerenkasten aan het ompspitten, want we gaan ook meedoen aan de:

KLEDINGRUILBEURS

Op zaterdag 9 december organiseert Hoeve Rosmerta een kledingruilbeurs op de zolder van Boerderij 't Leeuweriksveld.

Miskoopjes in je kast, kleding die je niet meer draagt, of nooit gedragen hebt? Neem ze mee naar de kledingruilbeurs en ruil ze in voor leuke 'nieuwe' kleding!

Neem tenminste drie oude kledingstukken mee (maar hoe meer hoe beter!), en zoek onder het genot van een kopje koffie of thee naar nieuwe aanwinsten voor je garderobe. Kleding, schoenen & accessoires; alles mag worden ingebracht mits schoon gewassen en niet kapot. Wat aan het eind van de dag overblijft wordt weggebracht naar een goed doel.

Waar en wanneer: zaterdag **9 december** van **11-16 u**, Boerderij 't Leeuweriksveld, toegang €1,- als bijdrage in de kosten.

Afgelopen week was er de btw-actie in de biologische winkels. Mensen konden in het weekend zogenaamd "btw-vrij" winkelen, en sinds 3 november loopt de handtekeningenactie: geen btw op bio, die 100 dagen lang getekend kan worden. Als u nog wilt tekenen, doe dat dan op:

<http://www.geenbtwopbio.nl/>

Er staat daar ook goede informatie over de actie.

Week 47, 22 november 2017

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Sla divers	't Leeuweriksveld
Groene kool	„
Groenlof	„
Tomaten	van Schie, Ens
Winterpeen	via Udea

Week 48 verwacht: boerenkool, veldsla, raapstelen, aardperen, ...

Werkgroep sociale driegeleding

Er zijn inmiddels 7 deelnemers. Data van de bijeenkomsten: Een opmaat in 2017 op maandagavond 18 december; Vervolgens komen we vanaf 15 januari elke twee weken op de maandagavond bijeen, tot half april. Dat zijn de volgende data: 15 jan, 29 jan, 12 feb, 26 feb, 12 mrt, 26 mrt en 9 apr.

Meer informatie en aanmelding bij Wouter.

~Zingen en Dansen ~ Mantradans

na een mooie en intense dansdag op 19 november is er nu nog één keer voor de kerst een dansmiddag: Zondag 17 december op 't Leeuweriksveld. Inloop om 13.30 (Koffie en thee) Wees welkom in de kring. Bijdrage: €17,50 info en opgave: Eleonora Helderma, 06-18887523 of etmhelderma@gmail.com

AGENDA OKeE

25 november Workshop Ayurvedische gezondheidsleer, theorie en praktijk met Liesbeth Damman 14.30-19.00 uur € 35,-

Aanmelden tot 23 november

29 november Eet je mee? 'Eten wat de pot schaft'. Aanschuiven op de kookzolder van 't Leeuweriksveld om 18.00 uur. Kostprijs € 10,-.

Op het menu staat gegratineerde zoete bataat-pompoenpuree met hazelnoten. 18-19.30 uur.

€ 10,- Aanmelden tot 27 november

Voor meer informatie bel 06-19199934 en voor aanmelden mail naar info@oogstenkokeneneten.nl. Alberta Rollema

Voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Groenlof toemis

bijgerecht voor 2 personen

1 struikje groenlof, 1 kleine ui, 1 klein teentje knoflook, ½ theel. laos, ½ theel. sambal trassi, ¼ theel. citroensap, ½ eetl. plantaardige olie

Was de groenlof en snijd deze in reepjes. Pel de ui en snijd deze fijn. Pel het teentje knoflook en snijd het fijn. Maal de knoflook en ui fijn in een vijzel en meng de sambal en laos erdoor. Fruit dit mengsel even aan in de olie. Doe de groenlof erbij en roerbak 8—10 minuten tot de groenlof beetbaar is. Voeg citroensap toe en roer door. Lekker bij witte rijst.

Bron: www.receptenboek.nl

Groene kool-appelstampot met rookworst

hoofdgerecht voor 2 personen

500 gr aardappelen, 300 gr groene kool, 2 kleine appels (geen moesappels), 75 ml bouillon (van tablet of uit pot), peper, zout, 1 kleine rookworst, 1 eetl gehakte peterselie

Schil de aardappels en halveer ze. Was de groene kool en snijd 300 gr in reepjes. Kook de aardappelen samen met de kool gaar in 20 minuten. Was de appels en snijd deze in kleine stukje. Voeg de appelstukjes 5 minuten voor het einde van de kooktijd aan de aardappelen en kool toe. Leg dan de rookworst erbij in de pan en laat deze mee verwarmen. Giet daarna de aardappels, kool en appel af en maak onder toevoeging van de bouillon een stampot. De stampot hoeft niet heel erg fijngestampd te worden. Verdeel de rookworst in plakjes. Verdeel deze over het gerecht en serveer de schotel bestrooid met gehakte peterselie.

Salade met pittige dressing

bijgerecht voor 2 personen

1 krop sla, 1 uitje.

Dressing: een scheut olijfolie, scheutje azijn of citroensap, scheutje zoute sojasaus, ½ theel kerrie, 1 teentje knoflook, geperst

Was de sla en snijd deze in repen. Pel de ui en snijd deze in ringen. Meng de sla met de uiringen. Klop de dressing en giet deze over de salade. Laat de dressing er minimaal een kwartiertje intrekken. Deze eenvoudige, maar pittige salade past goed bij bv. een pastagerecht.

Kruidige wortelsoep

hoofdgerecht voor 2 personen

600 gr winterpeen, 140 gr gedroogde rode linzen, 2 theel. komijn, 125 ml melk, 1 liter groentebouillon, 2 eetl. olijfolie, chilipoeder naar smaak, enkele eetlepels yoghurt, naanbrood of stokbrood

Schrap de winterpeen en snijd deze in stukjes van gelijke grootte. Rooster de komijnzaadjes in een soeppan op middelhoog vuur tot ze bruin beginnen te worden. Schep de helft van de zaadjes uit de pan en houd ze apart. Giet de olijfolie bij de zaadjes in de soeppan en roer door elkaar. Voeg de linzen, wortels, melk en de groentebouillon toe. Roer door elkaar en breng aan de kook. Laat de soep 15 - 20 minuten koken. Pureer de soep met een staafmixer. Voeg naar smaak chilipoeder toe. Schep de soep in borden en schep er een eetlepel yoghurt in. Bestrooi met de geroosterde komijn. Serveer met (warm) naanbrood of stokbrood.

Amandeltomaten

bijgerecht voor 2 personen

2 grote of 4 kleine rijpe tomaten, 2 teentjes knoflook, 1 dikke volkoren boterham, 6 amandelen, 2 volle eetl. geraspte kaas, verse peterselie fijngeknipt, tijm, zout, olie

Het kapje van de tomaten snijden en de tomaten uithollen. De inhoud van de tomaten boven een pan (met goed sluitend deksel) door een zeef wrijven. Een snufje zout toevoegen en het sap zonodig aanlengen met water tot een laag van 1-2 cm. Tijm en zout samen fijnwrijven en met dit mengsel de binnenkant van de uitgeholde tomaten bestrooien. De boterham halveren. De knoflookteentjes halveren en met het snijvlak de boterhammen insmeren. Die vervolgens in kleine blokjes snijden. De amandelen grof hakken. In een andere pan de olie verwarmen, de blokjes brood en de amandelen erbij doen en alles lichtbruin roosteren, vuur niet te hoog. Laten afkoelen. Dan kaas en peterselie erdoor roeren. Dit mengsel voorzichtig in de tomaten scheppen en er het kapje opzetten. De tomaten in het pannetje met sap zetten. Het sap met de tomaat erin aan de kook brengen, deksel op de pan doen en de vlam lager zetten zodra het deksel heet is. In 5 min. de tomaat voorzichtig gaar stoven. Meteen van het vuur halen.

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

