



Een druppel op een gloeiende plaat

In het tijdschrift *Spiegelbeeld* van november jl trof mij een kadertje met de volgende tekst: **"Doe je ook mee? Iedere zondagavond om 20.00 uur, een kwartier Licht en Liefde sturen naar onze planeet, ieder op eigen wijze, maar in gevoelde verbondenheid met elkaar en al onze Lichtvrienden. We zijn al met velen, ons gezamenlijke licht op dezelfde tijd heeft een zeer grote invloed en ieders Licht wordt opgemerkt."**

Wat heb ik hier nog aan toe te voegen? Mijn hoofd zegt misschien 'Ah joh doe niet zo gek.' Maar mijn hart zegt 'Ja!' Het maakt niet eens uit wat ik onder 'meditatie' versta. Het maakt niet uit in wat voor vorm ik het doe. Het gaat om even wat aandacht. Het gaat om verbondenheid. En dat ik me bewust ben dat deze verbondenheid er gewoon IS, ook als ik het misschien even niet voel. Of als ik op een andere manier verbonden blijf te zijn dan ik me had voorgesteld bij het woord 'verbinding.' In de vorige pakketbrief stond: 'Het mooie van lokale initiatieven is dat ze over de hele wereld plaatsvinden (...) Doe je ogen dicht en dan zie je het beeld van de aarde met allemaal kleine lichtpunten erop.'

Kortom, ik doe mee. En ik nodig iedereen, jullie, uit om ook mee te doen. Ieder op eigen wijze. Ieder Eigen Wijs. Er zullen heel wat druppels op de gloeiende plaat gaan vallen. Ik wens ons een wonderlijk 2022. Martin

Nog een klein kerstavondverhaal

Op één van onze neerzetpunten was een fruittas blijven staan. Dit is het verhaal erbij: "Ik had een houten kerstboompje op Marktplaats gezet voor gratis af te halen. Daarvoor kwam op 24 dec. om half zeven iemand op een fiets met een aanhangertje van 19km hiervandaan, want z'n vriendin vond het boompje mooi. Hij kwam het boompje oppakken en zag mijn piano en vroeg of hij mocht spelen want hij miste zijn eigen piano; en zo kreeg ik een privé pianoconcert waar ik erg van genoten heb. Rond half negen heb ik hem de boom en het fruitpakket meegegeven, waar hij heel blij mee was"

Voor iedereen een goed jaar 2022 gewenst.

Kathinka en Wouter.

Week 1, 5 januari 2022

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Veldsla	't Leeuweriksveld
Boerenkool	"
Winterpeen	Eko de eerste, Marknesse
Andijvie	via Udea
Rode puntpaprika	"

Week 2 verwacht: Spruiten, winterpostelein, ...

Op de zolder van 't Leeuweriksveld:*

Een nieuwe samenleving voor en door de individuele, vrije mens

Voordracht door Wouter Kamphuis op vrijdag 21 januari 13:30u.

De laatste tijd gebeurt er van alles in onze samenleving, dat roept vragen, nieuwe ideeën, maar ook onzekerheden op.

In zijn voordracht zal Wouter vertellen over het kernprobleem waar uiteindelijk alles om draait: het verouderde eigendomsrecht. Hij laat dat met diverse voorbeelden zien, en werkt uit hoe een vernieuwd eigendom de onontbeerlijke basis vormt voor een hele mooie toekomst van solidariteit, gelijkheid en vrijheid voor ons allemaal. Meld je aan via info@leeuweriksveld.nl

Creatief Ontdekatelier voor volwassenen. Procegericht, uit het hoofd naar je hart en in de flow. Alle materialen staan voor je klaar.

Vrijdag 28 januari van 14:00 tot 16:30 uur.

Voor info en aanmeldingen Kunstjuf Githa githahessels@gmail.com

*voor deze aankondigingen geldt: we kijken hoe het leven er op dat moment uit ziet. Neem bij vragen graag contact op met de organisator.

Doe mee aan de crowdfunding voor Het Huis van Saskia. Dat kan door middel van een donatie aan stichting Mensen voor de Aarde of een lening. Voor een donatie hebben we de mogelijkheid van een ANBI route, daardoor zijn de giften vrij van belasting! Geef je bijdrage op: NL 90 INGB 0003 8383 39 tnv. stichting driegeleding ovv. Het Huis van Saskia. Stichting Mensen voor de Aarde moet € 125.000,- ophalen om de lasten te dekken. Wilt u meer weten neem dan contact op met ons via info@leeuweriksveld.nl of 0591-381445.

Het leuke nieuws: ruim 1/5^e deel is al bij elkaar, zo mag het verder gaan!

voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Paprikataart met roomkaas

bijgerecht voor 2 personen

2-3 plakjes bladerdeeg, 1 kleine ui, 2 paprika's, 2 eetl olijfolie, zout, peper, 75-100 gr roquefort of andere blauwaderkaas, 1 ei, 50 gr roomkaas

Verwarm de oven voor op 200 graden. Ontdooi het bladerdeeg. Pel en snipper de ui. Maak de paprika's schoon en snijd ze in stukjes. Verhit de olie in een grote koekenpan. Bak de ui en paprika's 3 minuten in de hete olie. Breng het op smaak met zout en peper. Verkruidel de roquefort kaas er boven en meng het geheel goed door elkaar. Vet een springvorm in en bekleed hem met het bladerdeeg. Prik met een vork gaatjes in de bodem. Verdeel het paprikamengsel over de bodem. Klop de eieren los met de roomkaas en schenk het over de vulling. Bak de taart in het midden van de oven in ca. 40 minuten goudbruin en gaar.

Wortelsoep met kokosmelk

voor 2 personen

1 kleine ui, 2 eetl olie, ½ cm verse gember, 600 gr winterpeen, 1 klein teentje knoflook, 400 ml groentebouillon (van tablet), 120 ml kokosmelk, 1 kleine sinaasappel

Pel en snipper de ui. Rasp de gember. Schrap de winterpeen en snijd deze in plakjes. Pel en snipper de knoflook. Pers de sinaasappel uit en vang het sap op. Verhit in een grote soeppan de olie en fruit de gember en ui 5 minuten onder af en toe roeren. Voeg de winterpeen en knoflook toe en bak kort mee. Voeg de bouillon en de kokosmelk toe, breng de soep aan de kook en laat 15 minuten zachtjes doorkoken. Pureer de soep in de keukenmachine of met de staafmixer. Roer het sinaasappelsap door de soep en breng op smaak met peper en zout.

Bron: <https://www.receptenvandaag.nl/>

Veldsla met tomaat en avocado

bijgerecht voor 2 personen

1 kleine avocado, 1 citroen, 1 theel. (dragon)mosterd, 2 eetl olijfolie, 75 gr veldsla, 2 tomaten, 1 sjalotje, zout en peper

Pers de citroen uit en vang het sap op. Snijd de tomaten in partjes. Pel en snipper het sjalotje. Was de veldsla. Schil de avocado en snijd deze in schijfjes. Besprenkel de avocado met 1 eetl citroensap. Klop ½ eetl citroensap, de mosterd en de olie tot een vinaigrette. Breng de vinaigrette op smaak met zout en peper. Verdeel de veldsla, de tomaat en de avocado over twee bordjes. Strooi de gesnipperd sjalot erover.

Schenk de dressing over de salade.

Indonesische andijviestamppot

hoofdgerecht voor 2 personen

600 gr aardappelen, zout, peper, 400 gr. andijvie, 1-1½ dl kokosmelk of gewone melk, 2 eetl. boter, ¼ theel. gemalen nootmuskaat, ½ theel. gemalen komijn (djinten), ¼ theel. gemalen koriander, ½ theel sambal oelek (of meer naar smaak), gefruite uitjes

Schil de aardappels en kook deze met zout in ongeveer 20 minuten gaar. Was de andijvie goed in ruim water. Snijd de andijvie in hele smalle reepjes. Giet de gare aardappelen af. Laat ze nog even goed droog koken. Verwarm de kokosmelk. Stamp de aardappelen fijn. Maak er met de (kokos)melk en de boter een romige puree van. Breng de puree op smaak met de kruiden. Roer de andijvie door de puree. Bestrooi de andijvie voor het serveren met gefruite uitjes. Lekker met een gekookt ei erbij.

Roergebakken boerenkool

voor 2 personen

350 gr boerenkool (gesneden), 200 gr gerookte tofu of kipfilet, 1 eetl olie, ½ theel sambal, 1 eetl ketjap, ½ eetl honing of gembersiroop, peper, zout, eventueel 50 gr ontbijtspek, 50 gr taugé, 25 gr cashewnoten of hazelnoten

Was de boerenkoolbladeren, snijd de hoofdnerf eruit en hak 350 gr van de groente fijn. Snijd het ontbijtspek in smalle reepjes, Snijd de tofu of kipfilet in reepjes. Was de taugé en laat deze goed uitlekken. Bak de tofu of kipfilet 5 minuten in olie. Voeg de sambal, de ketjap, de honing/gembersiroop en peper en zout toe en bak het geheel al omscheppend nog 3 minuten. Voeg de ontbijtspek en de boerenkool toe en roerbak nog 5-7 minuten. Meng de helft van de taugé door het boerenkoolmengsel samen met de helft van de cashew- of hazelnoten en warm even door. Verdeel de boerenkool-schotel over 2 borden en verdeel de rest van de taugé en de cashew- of hazelnoten erover. Lekker met aardappelpuree of gebakken aardappels.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

