



't Leeuweriksveld

Weekoverzicht

Afgelopen week was wat je een heel gewone week op 't Leeuweriksveld kunt noemen. We hebben wel bijna alle soorten weer langs zien komen: van zonnig en heel windstil tot stormachtig met héél veel regen, af en toe vorst, een beetje sneeuw en een paar mooie beelden aan de hemel: een maan met een grote witte ring eromheen en een zon met twee regenboogjes rechts en links, veel activiteit in de hoge luchten. Op de grond is het wat rustiger, behalve prei, wat koolsoorten en pastinaken en een paar peterselieplanten valt er niet meer veel te oogsten. In de kassen staat naast de geplante winterpostelein ook heel veel zelf uitgezaaide winterpostelein, mooie bodembedekking, die ook nog eetbaar is. En toch is dan de dinsdag nog altijd een drukke dag met oogsten, aardappels sorteren, alle verschillende bestellingen klaarzetten.

De kippen durven steeds verder in het rond te gaan, om het woonhuis kom je ze overal tegen, we hoeven niks meer te doen aan gazonverzorging, dat hebben zij overgenomen. We hebben weer onze studie landbouwcursus voortgezet met een paar collega's: scheikundig gezien heb je een aantal stoffen, die samen het eiwit vormen. In de landbouw zijn een aantal van deze stoffen ook de basis voor de bemesting. In de landbouwcursus wordt dan een onderscheid gemaakt tussen een levendige of een dode vorm van bv stikstof. Dan zie je ons allemaal altijd heel hard bezig gaan met "omdenken". Het mooie is, dat dat in een gezamenlijk gesprek heel goed werkt, iedereen heeft een stuk toe te voegen en aan het einde zit het omdenken haast in je lijf. Of anders gezegd: we vroegen ons af, of de wetenschappelijke methode van wegen, meten en tellen misschien wel toepasselijk is voor een bepaald gebied, en dat voor andere gebieden misschien nog hele nieuwe methodes ontwikkeld kunnen worden?

Een mooie week met goede afwisseling van praktisch werk en filosofie.

Kathinka.

Week 5, 3 februari 2021

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Prei	't Leeuweriksveld
Koolraap	Bioromeo, Ens
Bleekselderij	via Udea (es)
Rode paprika	”
Winterpeen	Lyts Ropta, Pietersbierum

Week 6 verwacht: Spruiten, pastinaak, ...

Neem nu een aardappelabonnement

Eéns per twee weken ontvangt u dan 3 kg aardappels in een papieren zak met uw naam erop. Desgewenst kunt u voorkeur (kruimig/vastkokend) aangeven. De kosten bedragen € 4,20 per keer.

Afwezigheid melden:

Tijdelijk geen pakket? Geef dit dan vóór het weekend aan ons door, per e-mail of telefonisch. Op een melding per e-mail ontvangt u van ons altijd binnen een week een bevestiging. Als u geen bevestiging ontvangen heeft, is uw afmelding niet geldig! Een opmerking bij een bankoverschrijving geldt niet als geldige afmelding.

Hallo mensen,

Ik ben Stella Boels en ik ben 10 jaar oud en zoek een verzorgpony/paard in Emmen/ omgeving. Ik heb 5 jaar rijervaring en ik hou van lekker bezig zijn met paarden. En ik vind de stallen uitmesten en al dat soort klusjes geen probleem. Voor interesse neem contact op met dit telefoonnummer 06-53202841.

Groetjes Stella.

Gegratineerde koolraapschotel

Bijgerecht voor 2 personen

400 gr koolraap (geschild en gesneden als patates frites), 1 eetl boter, 1 eetl bloem, 250 ml melk, zout en peper naar smaak, nootmuskaat, 75 gr geraspte oude kaas

De reepjes koolraap opzetten met een laagje water en wat zout en in 20 min net gaar koken. Verwarm de oven voor op 180°C of doe de grill van de oven aan. Intussen een bechamelsaus maken: boter smelten in een steelpannetje, bloem erdoor roeren en enkele minuten laten garen. De melk erdoor roeren en blijven roeren tot het een gebonden saus is. Laat de saus op een zacht pitje een paar min doorkoken. Maak op smaak met peper, zout en nootmuskaat. Giet de koolraap af en laat even uitlekken. Meng de reepjes koolraap door de saus. Doe de koolraap in een lage vuurvaste schotel, strooi de geraspte kaas eroverheen en sprenkel er wat melk over. Zet de schotel in de oven of onder de grill tot de kaas gesmolten is en er een goudbruin korstje op zit. Meteen opdienen.

Paprika-bleekselderijsalade

bijgerecht voor 2 personen

1 paprika, 2 stengels bleekselderij, 1 sjalotje of een klein uitje, 75 gr feta, sap van ½ citroen, 3 eetl. olijfolie, een paar takjes verse peterselie of een ½ theel. gedroogde peterselie, vers gemalen peper

Paprika wassen, zaadlijsten verwijderen en in dunne reepjes snijden. Bleekselderij wassen en in dunne plakjes snijden. Feta in blokjes snijden. Ui pellen en snipperen. Groenten en feta door elkaar mengen. Peterselie fijn hakken. Dressing maken van citroensap, olie, peterselie en peper. Giet de dressing over de salade.

Stampotje van bleekselderij met spekjes en banaan

hoofdgerecht voor 2 personen

½ struik bleekselderij (± 400 gr), 600 gr aardappelen, zout en versgemalen peper, 1 ui, 175 gr spekjes, 1 banaan, 25 gr boter, 100 gr magere roomkaas, 40 gr geschaafde amandelen

Was de selderij en snijd deze in zeer smalle boogjes. Schil de aardappelen, was ze en snijd ze in kleine stukjes. Kook de aardappelen met de bleekselderij in een laagje koud water en een snufje zout in ± 20 minuten gaar. Snijd de banaan in stukjes en snipper de ui. Rooster de amandelen in een droge koekenpan goudbruin. Smelt de boter en bak de ui met de spekjes hierin op matig vuur 4 minuten. Voeg de stukjes banaan toe en bak die even mee. Giet de aardappelen en bleekselderij af, stamp ze fijn en roer het spekjes-

mengsel en de roomkaas erdoor. Breng de stampot op smaak met zout en peper en roer er op het laatste moment de amandelen door.

Snelle eenpansmaaltijd met prei

hoofdgerecht voor 2 personen

200 gr rundergehakt of vegetarisch gehakt, 375 gr krielaardappeltjes (of gewone aardappels in blokjes gesneden), 300 gr prei, 2 teentjes knoflook, 1 paprika, 1 ui, 1 eetl tomatenketchup, cajunkruiden, zout, peper

Maak de krieltjes of aardappels schoon, snijd ze eventueel kleiner en kook ze 5 minuten in een laagje water. Maak de paprika schoon en snijd deze in blokjes. Pel de ui en snijd deze kleine stukjes. Pel de knoflook en snijd deze in kleine stukjes. Bak in een wok of hapjespan het (vegetarische) gehakt in ca 5 minuten rul. Kruid het met cajunkruiden. Schep het gehakt uit de pan. Giet de aardappeltjes af en bak in het achtergebleven bakvet van het gehakt de aardappeltjes bruin. Breng de aardappeltjes op smaak met zout. Voeg de prei, ui, paprika en knoflook toe aan de aardappeltjes en roerbak alles 3 à 4 minuten al omscheppend. Voeg het gehakt toe en warm alles nog 1 minuut door.

Kruidige wortelsoep

hoofdgerecht voor 2 personen

550-600 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 goed 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.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

