



Stoere kool

Buiten op het land staan nog palmkool-boerenkool- en spruitplanten. Grote planten met een houderige steel en nog behoorlijk veel bladmassa. Ik doe ze het niet na, om zo de hele winter door op de koude akker te staan, zelfs nog door te groeien en ons van lekker voedsel te voorzien. De spruiten hebben we van onder naar boven zo langzaam bijna kaal geplukt, er zijn heel wat kleine “okselkooltjes” van af gekomen. Van de boerenkool hebben we bij sommigen het blad geogst, daar staan aan het einde nog de laatste toppen en ook deze maken in de bladoksels al weer kleine uitlopers, zodat je soms een stronk ziet, die een beetje als een boom vol klimop uit ziet. Maar veel planten zijn ook als hele stronk geogst. Van de palmkool kun je ook het hele seizoen bladeren afritsen. Sommigen waren al begin van de zomer geplant, de tweede ronde kwam eind van de zomer, allebei kunnen ze de hele winter geogst worden. Hoe meer bladeren eraf gaan, hoe meer de planten hun naam eer maken: het zijn net kleine palmbomen met een stevige stam en boven een kroon van donkergroene lange bladeren. Alle drie de kolen kun je nog een tijd laten doorgroeien, maar hoe meer de dagen lengen, hoe meer zin ze krijgen om te gaan bloeien. Zo worden boven aan de top de bladeren steeds kleiner en dunner, de spruiten steeds kleiner en op een gegeven moment komt boven uit de top een tros met bloemknoppen. Het leuke is, dat deze bloemen bij alle drie soorten hetzelfde uitzien: geel met vier bloemblaadjes, de bijen zijn er dol op, of het nu een spruit, een boerenkool of een palmkool is. Maar ja, meestal laten we het dan toch maar niet zo ver komen, omdat er straks al weer een nieuw gewas op de plek komt. Je zou nog kunnen denken: waarom laten ze dan niet een paar planten staan voor zaad? Ten eerste moeten de verschillende soorten dan veel verder uit elkaar staan, want anders krijg je zoiets als “boerenspruitpalmen” met misschien nog wat herinneringen uit het voorouderschap van deze kolen: met een rode tint, een knollige stam, ziet echt prachtig uit, maar dan wordt het elke keer een verrassing als u kool besteld. En ten tweede is de zaadteelt weer een heel vak apart en zijn we nu even blij, dat er mensen zijn, die dat vak weer met veel aandacht doen, zodat wij als boeren ons vak kunnen doen.

Kathinka.

Week 10, 9 maart 2022

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Winterpostelein	't Leeuweriksveld
Boerenkool	”
Witlof	Krops, Schokland
Winterpeen	Lyts Ropta, Pietersbierum
Komkommer	via Udea (es)

Week 11 verwacht: Winterpostelein, pastinaak, prei,

Op de zolder van 't Leeuweriksveld:

Eten wat de pot schaft

30 maart, 18 uur, € 15,-.

Aanmelding, vragen en doorgeven van dieetwensen:

info@oogstenkokeneten.nl of 0619199934 Alberta Rollema.

Marokkaanse avondmaaltijd

Op de volgende zaterdagen: 19 maart, 16 april, vanaf 18 uur. € 20,- per persoon.

Menu 19 maart: Vegetarische soep, Pastilla, Vegetarische tajine, Marokkaanse thee en zelf gemaakte koekjes. (baklava)

Info en aanmelding: Mina Bahnini: info@habous-shopping.com tel: 0615396114

De crowdfunding voor het Huis van Saskia:

Er is nu al 83% binnengekomen aan leningen (allemaal renteloos) en schenkingen. Iedereen die al heeft bijgedragen hartelijk dank, dit is fantastisch!

Help mee om ook de laatste 17% (€22.500) bijeen te brengen door een schenking op NL 90 INGB 0003 8383 39 tnv. stichting driegeleding ovv het Huis van Saskia, of door een lening (neem in dat geval contact met ons op).

Witlof-kaas-schotel

hoofdgerecht voor 2 personen

550 gr witlof, 15 gr boter en boter om in te vetten, 15 gr bloem, 150 ml melk, 25 gr geraspte oude kaas, 3-4 plakjes jong-beleggen kaas, 500 gr aardappels, 50 ml melk, zout, nootmuskaat, peper
Schil de aardappels en kook ze gaar. Verwijder lelijke blaadjes en het kontje van de witlof, was de struikjes en snijd ze in de lengte door. Kook ze ca. 5 minuten in water met zout. Laat uitlekken. Verwarm de oven voor tot 175 graden. Giet de gare aardappels af, stamp ze met 50 ml melk tot puree en maak op smaak met zout, peper en nootmuskaat. Vet een ovenschaal in met boter en leg de puree onderin.

Smelt in een steelpan 15 gr boter en meng de bloem erdoor. Laat de bloem enkele min. garen. Meng al roerend de melk erdoor en daarna de geraspte kaas, en nootmuskaat en peper naar smaak. Rol telkens twee halve struikjes lof in één plak kaas. Leg de rolletjes op de puree en schenk de saus erover. Zet ca. een half uur in de oven.

Winterposteleinstamppot

hoofdgerecht voor 2 personen

1 zakje winterpostelein, 600 gr kruimige aardappels, 1 potje witte bonen in tomatensaus (370 ml.), 150 gr beleggen kaas, 2 eetl. crème fraîche, 2 theel. honing, vers gemalen peper
Aardappelen schillen en gaar koken in weinig water. Winterpostelein wassen en kleiner snijden. Kaas raspen. Witte bonen in tomatensaus verwarmen. Aardappels afgieten en fijn stampen. Meng alle ingrediënten behalve de winterpostelein door de aardappels en warm goed door. Meng als laatste de winterpostelein erdoor en serveer direct.

Tip: vervang de helft van de aardappelen door knolselderij, pastinaak of wortelpeterselie.

Boerenkool met ananas en couscous

hoofdgerecht voor 2 personen

1 eetl. olijfolie, 2 uien, 300 gr. gesneden boerenkool, 1 potje ananastukjes, 3 eetl. pindakaas, 1 eetl. tabasco, 15-20 gr verse koriander of gedroogde koriander naar smaak, 75 gr cashewnoten, 150 gr couscous
Haal eventueel de boerenkoolbladeren van de stronk. Was de boerenkoolbladeren goed. Verwijder eventueel dikke bladnerven en snijd het blad fijn. Pel en snipper de uien. Laat de ananastukjes uitlekken en vang het vocht op. Snijd de verse koriander fijn. Bereid de couscous volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking. Bak de uien in de olie glazig. Voeg de boerenkool toe en bak gedurende 3 minuten. Voeg dan het ananassap en wat water toe en laat de boerenkool

in ongeveer 15 minuten bijna gaar worden. Roer de pindakaas, de ananastukjes en de tabasco erdoor en bak dit nog 5 minuten mee. Voeg dan de noten en de koriander toe en laat het geheel nog even warm worden. Serveer met de couscous.

Romige wortelcurry

hoofdgerecht 2 personen

150 gr rijst, ½ eetl wokolie, 1 ui, 475 gr winterpeen, 3-4 theel kerriepoeder, ½ groentebouillontablet, 100 ml kokosmelk, ½ limoen of citroen, 75 gr cashewnoten, 2 takjes koriander of peterselie

Bereid de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Pel en snipper de ui. Schrap of schil de winterpeen en snijd deze in stukjes. Pers de limoen of citroen. Hak de cashewnoten grof. Hak de koriander of peterselie grof.

Verhit de olie in een hapjespan en roerbak hierin de ui 3 min. Voeg de winterpeen toe en bak deze 2 min. mee. Schep het kerriepoeder erdoor en verkruimel het bouillontablet erboven. Voeg vervolgens 125 ml heet water toe en roer de kokosmelk erdoor.

Breng het geheel aan de kook, temper het vuur en laat de curry, met het deksel op de pan, 20 min. zachtjes pruttelen. Laat, als de saus nog wat dun is, het gerecht nog even zonder deksel koken.

Voeg limoen/citroensap naar smaak toe en schep de cashewnoten en koriander of peterselie erdoor. Serveer met de rijst.

Komkommersalade met zonnebloempitjes en Parmezaanse kaas

bijgerecht voor 2 personen

½ grote of een kleine komkommer, een paar takjes verse dille of 1 theel. gedroogde dille, 2 volle eetl. zonnebloempitjes, 50 gr Parmezaanse kaas, 2 eetl. olijfolie, 1 eetl. lijnzaadolie, 1 eetl. (appel)azijn, 2 theel. honing

Verse dille fijn hakken. Olie, azijn, honing en dille mengen. Kaas raspen op een fijne rasp. Zonnebloempitjes al roerende roosteren op een middelhoog vuur in een droge koekenpan tot ze licht verkleuren en lekker ruiken. Komkommer in dunne plakjes schaven met een kaasschaaf. Dressing over de komkommer schenken. Zonnebloempitjes en kaas over de salade strooien.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

