



Week 12, 24 maart 2021

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Winterpostelein	't Leeuweriksveld
Prei	”
Paksoy	via Udea (es)
Rode biet	BioBeta, Zeewolde
Groene pompoen	Joost van Strien, N.O.P.

Lokale economie

Net zo als we ervan uitgaan, dat de seizoenen elkaar altijd weer op dezelfde manier afwisselen, gaan we er meestal ook van uit, dat al het economisch verkeer gewoon altijd zijn gang gaat. In het voorjaar 2020 leek er een soort deuk in te komen, ineens waren er dingen niet leverbaar, maar dat was al weer snel over. Er ontstond wel meer sympathie voor lokale producten. Maar kun je daar altijd maar gewoon van uitgaan dat alles zo blijft als het is? In onze winkel zijn nu een stuk of vijf producten niet leverbaar, omdat een Engelse firma zijn zaken rond de brexit niet in orde heeft.

Ik kan nu natuurlijk mooi bedenken, dat ik alleen nog lokaal voedsel koop, maar dan zijn er nog heel veel open eendes: waar komen de verpakkingen vandaan, de kruiden, het zout, de weegschaal, de kassa, mijn PINpas, de fiets of de auto en nog veel meer, volgens mij wordt dat niet allemaal naast de deur gemaakt.

Onlangs heb ik een boek gelezen uit de tijd van 150 jaar geleden, toen Amerikaanse colonisten de wildernis introkken om een bestaan op te bouwen en toen konden die mensen zich volledig zelf redden. Naast alle vraagtekens over hun omgang met de lokale bevolking en het bezit van land ben ik toch ergens een beetje jaloers op die zelfredzaamheid. In die korte tijd is de ontwikkeling heel snel gegaan naar een bestaan, waar we verbonden zijn in een heel wereldnetwerk. Dat heeft zijn mooie en enge kanten. Heel veel wegen zijn ondoorzichtig in dit netwerk en dat ligt voor een groot deel aan de factor eigendom, waardoor heel veel ongelijkheid ontstaat en scheve machtsverhoudingen. Zo zou je vanuit het milieu, mens- en dierenwelzijn bv nooit dieren en veevoer over de hele wereld transporteren, maar omdat de prijzen van land en arbeidskracht zo enorm verschillen per land, lijkt het dan effectief om wel alles van hot naar her te slepen. Blijft de vraag, hoe lang kunnen en willen we dit systeem eigenlijk in stand houden?

Hoe mooi zou het zijn, om weer wat zelfredzamer te worden, meer echte lokale economie op te bouwen in verband met het tijdelijk eigenaarschap, zodat mensen op gelijkwaardige basis met elkaar samen kunnen werken. → →

Week 12 verwacht: Veldsla,

Preparaten

Kledingruilbeurs in onze yurt

Vanaf donderdag 11 maart as tot ca half april kunt u kleding ruilen in de yurt. Neem zelf kleding mee en ga met iets anders leuks weer naar huis. Er zijn al mensen geweest, dus er ligt al van alles. Wees welkom!

Vacature Craft dairy

Craft dairy (van Drentse AA-zuivel) is op zoek naar nieuwe medewerkers. Geïnteresseerden kunnen mailen naar: desiree@craftdairy.nl

→→ In Nederland zijn al meer mensen en bedrijven, die zich met deze vraagstukken bezig houden. Wij zouden het leuk vinden, om te onderzoeken, wie in de regio ook hiermee bezig is. Reacties welkom.

Kathinka.

Witte kool met pindasaus

bijgerecht voor 2 personen

350 gr witte kool, 75 gr wortels, 1 ui, 25 gr boter, ½ theel bouillonpoeder. Pindasaus: 1 sjalotje, 1 theel. olie, 1 teentje knoflook, 100 ml melk, ½ potje pindakaas, ketjap manis, sambal oelek

Snijd de witte kool (zonder de stronk) in dunne reepjes. Schrap de wortels en snijd deze in stukjes. Pel de ui en snipper deze grof. Verhit de boter in een braadpan en fruit daarin de ui. Voeg kool en wortel toe en bak ze onder voortdurend omscheppen even mee. Roer 1 dl water en de bouillonpoeder erdoor. Laat de kool met het deksel op de pan in ongeveer 15 minuten gaar smoren.

Maak de pindasaus:

Pel en snipper het sjalotje. Verhit in een steelpan de olie en fruit het sjalotje. Pel de knoflook en pers die erboven uit. Voeg de melk en de pindakaas en naar smaak ketjap en sambal toe en roer tot een gladgebonden saus ontstaat. Als de pindasaus te dun is, pindakaas toevoegen, als hij te dik is, water of melk toevoegen. Eventueel op smaak brengen met maggi, tomatenketchup of ketjap of suiker. Serveer de kool met de pindasaus. Lekker met rijst of noedels.

Spaghetti met wortel-knoflooksaus

bijgerecht voor 2 personen

200 gr spaghetti, 200 gr wortelen, 1 ui, 2 teentjes knoflook, olie, peper, zout, 1 dl yoghurt, 25 gr geraspte Parmezaanse kaas

Maak de wortelen schoon en rasp ze. Pel de ui en knoflookteentjes en snipper deze fijn.

Kook de spaghetti volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking. Verhit de olie in een pan en fruit hierin de ui en knoflook. Voeg de geraspte wortel toe en laat deze 5 minuten meebakken. Roer er wat peper en zout en de yoghurt door en laat dit 5 minuten stoven. Giet de spaghetti af en roer er de wortel-knoflooksaus door. Bestrooi het met geraspte kaas.

Knolvenkel in de oven

bijgerecht voor 2 personen

2 venkelknollen, 2-3 eieren, 150 ml yoghurt of zure room, 100 gr geraspte kaas, zout

Verwarm de oven voor op 180°C. Was de venkel. Snijd de venkel in vieren en verwijder de kern. Snijd de venkel in stukjes. Kook de venkel in 5 minuten beetgaar. Laat uitlekken en leg de venkel in een ingevette ovenschaal. Klop de eieren los en meng ze met de yoghurt, kaas en wat zout. Giet het mengsel over de venkel. In de oven bakken tot de oppervlakte mooi bruin is.

Ovenschotel Moussaka volgens een écht, Grieks recept.

Hoofdgerecht voor 2 personen

1 grote of 2 kleine aubergines, zout en vers gemalen peper, 50 gr bloem om te paneren, olijfolie, 2 middelgrote uien, 300 g (lams)gehakt of tofugehakt, 4 middelgrote tomaten, 3 eetl. tomatenpuree, 2 teentjes knoflook, 2 theelepels gedroogde oregano, 1 snuffje kaneel

Voor de saus: 15 gr boter, 25 gr bloem, 3 dl melk, zout en peper, snuffje nootmuskaat, 2 eieren, 3 eetlepels geraspte Parmezaanse kaas

Was de aubergines en snijd ze in plakken van 1 cm dik. Doe de plakken aubergine in een vergiet en bestrooi ze met zout. Laat circa 30 minuten uitlekken. Pel de uien en snijd ze in plakken. Snijd de tomaten kruislings in, dompel ze enkele seconden onder in kokend water, ontvel ze en snijd ze in plakken. Pel de knoflook en hak deze fijn. Spoel de aubergine af, laat uitlekken en droog ze op keukenpapier. Doe 50 gr bloem in een zak, doe er een paar plakken aubergine tegelijk in en schud de zak zodat de plakken met bloem bedekt worden. Verhit vijf eetlepels olie in een pan met zware bodem en doe er wanneer de olie heet is op een matig vuur de aubergineplakken in. Schenk telkens wat olie erbij in de pan wanneer u de rest bakt. Leg de aubergine plakken even opzij. Doe nog wat olie in de pan en bak de uien lichtbruin.

Doe er het gehakt bij en laat al roerend gelijkmatig bruin bakken. Voeg er de tomaten, tomatenpuree, knoflook, groene kruiden, de kaneel en zout en peper toe en breng aan de kook.

Laat deze tomatensaus 20-25 minuten sudderen tot bijna al het vocht opgenomen of verdampt is. Smelt in een andere pan de boter voor de saus, roer er de bloem door en schenk er wanneer zicht een gladde pasta gevormd heeft, al roerend de melk erbij. Breng op smaak met zout, peper en nootmuskaat. Breng aan de kook, laat 2 minuten pruttelen, laat vervolgens iets afkoelen en klop de eieren erdoor. Verwarm de oven voor op 190°C. Leg een derde van de aubergineplakken op de bodem van een ondiepe, vuurvaste schaal. Dek af met de helft van de tomatensaus. Leg er dan weer aubergines op. Dan de rest van de saus en de rest van de aubergines. Schenk de bechamelsaus over het geheel en strooi er de kaas over. Bak het gerecht 35-40 minuten in de oven.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

