



Het voorjaarswerk begint 2

Na het mest strooien en direct inwerken met de cultivator komt de eerste echte bodembewerking: ploegen. Eén keer per jaar hebben we dan grote lappen schone zwarte grond liggen. Vogels als de ooievaar hebben dat altijd meteen door en komen achter de ploeg aan op zoek naar wormen.

Tegelijkertijd zijn vorige week de eerste planten gekomen en zitten de tunnels nu al weer tjokvol met bladgewassen. Maar ook buiten zijn de eerste planten de grond ingegaan. Na het planten meteen vliesdoek erop, want de duiven zijn dol op jonge plantjes, vooral als er verder niet veel te halen is. We genieten van het windstille weer met zonschijn, dan is het mooi om buiten te werken.

Courgette

Vorige week stond courgette in de lijst. Maar woensdagochtend om 7 uur bleek die niet geleverd te zijn. Zodoende had niemand courgette in zijn groentepakket. Het komt gelukkig niet vaak voor, want dan moet je op het tijdstip van het hoogste spitsuur een beslissing nemen. Deze week als compensatie extra paprika.

Kathinka.

OPROEP!

Wij, Carla & Eleonora, zoeken *creatieve mensen* die samen met ons wekelijks bij elkaar komen om samen met ons te *handwerken* en mooie dingen te maken. De hele opbrengst van wat we maken en verkopen gaat naar 'Stichting Mensen voor de Aarde'. Deze stichting heeft als ideaal om aarde en woningen uit het verkoop-stramien te halen. Voorbeelden hiervan zijn al gerealiseerd en worden op dit moment gerealiseerd. Lees meer hierover op de website

<https://www.mensenvoordeearde.nl/>

We komen samen op de maandagavond. Vind je handwerken leuk? Vind je het leuk om technieken bij te leren en uit te wisselen? Vind je het leuk om eens in de week gezellig samen voor een ideaal bezig te zijn? Of wil je eerst meer info?

Neem dan snel contact met ons op. We zien je graag en hebben er zin in!

Email of spreek onze voicemail in:

Carla clazaplonia@gmail.com (06 12011383)

Eleonora etmhelderma@gmail.com (06 18887523)

Week 12, 23 maart 2022

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Winterpostelein	't Leeuweriksveld
Prei	”
Andijvie	van Maldegem, Luttelgeest
Rode paprika	via Udea (es)
Zoete bataat	”
Zuurkool	Kramer, Z.Scharwoude

Week 13 verwacht: Rode biet, aardpeer,

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: 16 april, 21 mei vanaf 18 uur. € 20,- per persoon.

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

Concert piano en cello

Pianist Imke Jelle van Dam en cellist Ephraïm van IJzerlooij spelen enkele jeugdwerken van beiden en een aantal gezamenlijke composities. Het programma wordt aangevuld met bekende composities voor cello en piano uit de romantiek*. Het concert wordt omlijst door muzikaal-biografische schetsen van de twee musici/componisten. *) *Beethoven, Schubert, Schumann, Fauré, De Falla en Skriabin* woensdag 27 april (na de aanschuiftafel) om 19.30u. Meer info op [Imke Jelle van Dam - Concerten](#)

Aangeboden:

Wilt u graag een gebreid dekentje van 1m2? Miny Katerberg breid het met alle plezier voor u. Voor uzelf, als cadeau, voor een goed doel. **en gezocht:** wol/garen en kruiken van metaal of rubber. Als u belangstelling heeft of garen en kruiken wilt geven, neem dan contact met haar op: telefoon 0591-620923

Wij kunnen de bezorging regelen met de pakketten mee.

voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Salade van winterpostelein met paddenstoelen en kruidige crème fraîche

voor 2 personen

120-150 gram winterpostelein, 150 gram kastanjechampignons, 150 gram oesterzwammen, 1 teen knoflook, 3 eetl olijfolie, 4 eetl crème fraîche of zure room of dikke volle yoghurt, 4 takjes peterselie of tijm of munt of oregano of een mix van deze kruiden, peper en zout, snuf paprikapoeder

Was de winterpostelein, verwijder eventueel lelijke blaadjes en droog de winterpostelein in een slacentrifuge of theedoek. Hak de peterselie fijn en ris de blaadjes van de takjes tijm. Meng die met eventueel de andere kruiden door de crème fraîche en voeg peper, zout en paprikapoeder naar smaak toe. Snijd de champignons in dikke plakken en scheur de oesterzwammen in repen.

Verhit de olijfolie in een koekenpan. Voeg de paddenstoelen toe en bak ze even op hoog vuur aan. Zet dan het vuur middelhoog en roer af en toe. Op een zeker moment verliezen de paddenstoelen hun vocht, laat dat verdampen en laat ze verder bakken tot ze iets bruin worden. Voeg het in dunne plakjes gesneden teentje knoflook toe en bak deze even snel mee, zorg dat ze niet bruin worden, dan wordt de knoflook bitter van smaak. Leg de postelein op een bord, schep de paddenstoelen erop en verdeel de kruidige crème fraîche over de paddenstoelen.

Bron: Biobudget.nl

Vegetarische chili met zoete bataat

hoofdgerecht voor 2 personen

1 eetl. kokosolie of olijfolie, 400 gr. zoete bataat, 1 rode ui, 2 teentjes knoflook, 1 rode peper, 1 paprika, 400 gr. zwarte bonen (pot), 400 gr. tomatenblokjes uit blik, 1 theel. cayennepeper, 1 theel. komijn, 1 theel. kaneel, zout, peper, 15 gr. koriander

Pel de ui en snijd deze fijn. Pel de knoflook en hak deze fijn. Hak de peper fijn. Was de paprika en snijd deze in blokjes. Schil de bataat en snijd deze in kleine blokjes. Smoor in een wok met de olie de bataat op laag vuur in 15 minuten bijna gaar. Voeg eventueel wat heet water toe om aanbranden te voorkomen. Voeg de knoflook, rode peper en paprika toe en bak even mee. Spoel eventueel de bonen af en voeg toe. Voeg de tomatenblokjes en de kruiden toe. Warm nog even goed door.

Romige ovenschotel van zuurkool met walnoten

hoofdgerecht voor 2 personen

250 gr zuurkool, 1 kleine ui, 1 teentje knoflook, ½ appel, 10 gr boter, ½ eetl. suiker, ½ glas witte wijn of water, 1 laurierblad, 5 jeneverbessen, peper en zout, 375 gr kruimige aardappels, 100 ml crème fraîche, 40 gr walnoten, 30 gr geraspte kaas

Pel en snipper de ui. Pel de knoflook. Schil de appel en snij deze in kleine stukjes. Rooster de walnoten in een koekenpan zonder olie. Schil de aardappels en snijd deze in kleine stukjes. Smelt de boter in de koekenpan en bak hierin de knoflook en de ui glazig. Voeg de appel en de suiker toe en laat het even meebakken. Kneus de jeneverbessen. Voeg de jeneverbessen, laurierblad en de zuurkool toe.

Roer dit goed om en laat even intrekken. Voeg de witte wijn of het water toe. Breng aan de kook en laat de zuurkool op laag vuur 20 min doorgaren, roer af en toe om, het vocht moet helemaal verdampt zijn, maar pas op dat de zuurkool niet te droog wordt (voeg eventueel extra water toe). Kook intussen aardappels gaar en stamp deze fijn. Verwarm de oven voor op 200°C. Roer de zuurkool, aardappelen en crème fraîche door elkaar. Roer de geroosterde walnoten erdoor. Verspreid dit mengsel over de bodem van de ovenschaal en verdeel de kaas erover. Bak de ovenschotel nog 20 tot 30 minuten in de oven.

Andijvie met crème fraîche

bijgerecht voor 2 personen

½ grote of 1 kleine krop andijvie, 1 eetl olijfolie, ½-1 teentje knoflook, 1-2 eetl kappertjes, 75 ml crème fraîche

Verwijder indien nodig lelijk blad van de andijvie. Snijd de onderkant van de krop, maak de bladeren los van het hart en was ze in ruim water. Snijd de bladeren fijn. Verhit de olie in een hapjespan, pers het knoflokteentje erboven uit en roer het andijvieblad erdoor. Schep de andijvie op matig hoog vuur enkele minuten om. Bestrooi met zout en peper naar smaak. Draai het vuur laag en roer de kappertjes en crème fraîche erdoor. Stoof de andijvie nog enkele minuten tot de groente beetgaar is.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

