



## *Week 12, 19 maart 2025*

### **Inhoud groentepakket**

onder voorbehoud van wijzigingen  
 Veldsla óf winterpostelein 't Leeuweriksveld  
 Aardperen óf raapjes ”  
 Zuurkool ”  
 Rode ui Poppe, N.O.P.  
 Komkommer via Udea

### **Buitenwerk en binnenwerk**

Twee weken geleden kwam de eerste lading planten. Nu ziet het hele land er al weer compleet anders uit. Het stuk land voor fijne tuinbouw is bemest en geploegd en de eerste bedden zitten onder het witte doek. Bij dit weer is dat vliesdoek echt een geweldige uitvinding: bescherming voor de vorst en daarnaast blijft het eronder ook mooi vochtig. Ook op het stuk van de vroege kolen zitten de eerste bedden onder doek. Er zijn tuinbonen gezaaid en de eerste plantuitjes in de grond gestopt. De aspergebedden zijn weer opgeruimd en staan er strak bij. In de tunnelkassen kun je de paksoi, de sla- en andijviekroppen bijna zien groeien. Overdag is het daar ook al soms zo warm, dat het in een t-shirt ook lekker werken is. Deze week komen de volgende planten. Er is nog een vracht mest uitgereden onder andere over het oude koolveld. De laatste spruitjes, palmkool en paarse boerenkool zijn geoogst, evenals nog een lading pastinaken en zelfs een kist gele raapjes. Nu is alles ondergewerkt en klaar voor het volgende seizoen. Alleen de prei mag nog even blijven zitten.

Tussen het buitenwerk door loopt ook het binnenwerk met onze stichting Mensen voor de Aarde. Vrijdag 7 maart is het land van Mooi Weerdinge bij de notaris overgedragen. Daarna is daar op het land het seizoen ook losgebarsten! Verder hadden we een stichtingsvergadering, wat een bonte levendige ontmoeting was. Met vijf projecten nu participierend in de stichting en nog een groep gasten, die in hun eigen regio ook met het idee bezig zijn, dat het leven toch veel makkelijker zou zijn, als grond geen koopwaar is... Sommigen willen misschien in de toekomst aansluiten met hun project, anderen willen leren, hoe je zelf zo'n stichting opzet. Dit jaar bestaat de stichting ook al weer 10 jaar en het lijkt wel, als of de stroom er ook goed in zit.

Zodat misschien toch nog meer jonge boeren en tuinders de moed vatten, om bij de gekke landprijzen hier in Nederland iets te beginnen. Eén van onze gasten was Marieke, zij wil in Groesbeek een stuk land gaan kopen en bewerken, daar is de vraagprijs voor 1,3 hectare € 135.000,-. Een nieuwe crowdfunding dient zich aan, in een volgende brief meer hierover. Het mooie van deze acties is, dat dan een kring van mensen ontstaat, die in een wijde kring om zo'n initiatief heen staan en een bedding geven voor een startend bedrijf.

Kathinka.

**In week 13 verwacht:** Raapstelen, veldsla óf winterpostelein, waspeen, witte kool,...

### **Nog werkplekken vrij.**

We hebben al respons op onze oproep gehad, maar er is nog steeds werk genoeg in het seizoen. Zo kun je bv in de aspergetijd helpen, het witte goud uit de grond te steken. Neem, als je geïnteresseerd bent, contact op met Wouter.

### **Eten wat de pot schaft**

Woensdag 26 maart 18 uur op 't Leeuweriksveld. € 25,-/pp.  
 Aanmelden en info bij Alberta Rollema:  
[info@oogstenkokeneneten.nl](mailto:info@oogstenkokeneneten.nl)

En daarna verder genieten:

### **Concert Muzikale Verhalen**

Woensdag 26 maart 2025, 19.30 - 21.30 uur op 't Leeuweriksveld

Pianist Imke Jelle van Dam (1950) komt oorspronkelijk uit de wereld van de lichte muziek. Cellist Ephraïm van IJzerlooij (1983) is klassiek opgeleid. Het concert wordt een mix van eigen composities, en klassieke muziek. Het programma richt zich op een publiek vanaf circa 7 jaar.

Vrijwillige bijdrage na afloop (richtbedrag € 15)

### **'Kook het seizoen' op 19 april**

**Begin: 14:30u op 't Leeuweriksveld**

Op 't Leeuweriksveld organiseren we samen met [Velt](#) de tweede workshop van **Kook het seizoen**. Tijdens deze workshop nemen Ilse Müller (Velt-docent) en Alberta Rollema (OKeE) ons mee in de groenten van april. Wat kun je oogsten, wanneer moet je dan beginnen, hoe plan je dat. We maken diverse gerechten met zoveel mogelijk verschillende voorjaarsgroenten. Nadat we samen lekker hebben gekookt, ronden we de workshop af met de zelfgemaakte gerechten in een heerlijk seizoensdiner. Dus volop genieten van de smaak van april!

Aanmelding en meer info via [de website van Velt](#)

Voor recepten zie ook: [www.leeuweriksveld.nl](http://www.leeuweriksveld.nl)

### **Veldsla met geroosterde pitjes**

*100 gram veldsla, 1 el mayonaise, 0,5 el azijn, 0,5 el olie, 2 el zonnebloempitjes, scheutje shoyu of tamari.*

Was de sla en maak een dressing met 1 eetlepel mayonaise, een halve eetlepel azijn en een halve eetlepel olie. Strooi er wat zout en peper door. Verhit een koekenpan en strooi er twee eetlepels zonnebloempitten in (droog, dus geen olie oid). Zodra de pitten beginnen te verkleuren doe je er een scheut tamari of shoyu bij. Nog even meebakken totdat al het vloeibare is verdwenen, goed roeren en van het vuur halen. De pitjes laten afkoelen en over de sla strooien.

### **Varieer met je dressing**

Door bijvoorbeeld een theelepelt kerrie erbij te doen, of een theelepelt mosterd of een theelepelt honing/agavesiroop

### **Gebakken aardpeer**

*500 gram aardpeer, olijf- of kokosolie, zout en peper.*

Aardperen goed wassen (schoonboenen), schillen hoeft niet (dat scheelt een boel werk). In dunne plakken snijden; 1 minuutje in kokend water (blancheren). Verhit een scheut olijf- of kokosolie in de koekenpan en bak de goed uitgelekte schijfjes op redelijk hoog vuur. Schep regelmatig om en blijf erbij. Als de schijfjes wat beginnen te verkleuren strooi je er een beetje zout en peper over. Proef of ze gaar zijn en serveer met sla en een gekookt eitje.

### **Schorseneren in roomsaus**

*500 gr schorseneren, 1 citroen, 30 gram boter, 2 eetlepels bloem, 20 ml melk, wat kookvocht, zout en peper, nootmuskaat*

Pers een citroen uit. Was de schorseneren en schil ze met een dunschiller. Je krijgt hier vieze vingers van. Pers een citroen uit en smeer de geschilde schorseneren in met citroen. Snijd ze in stukken van 3 tot 4 cm. Leg ze in koud water met wat citroensap zodat ze niet verkleuren. Kook de stukjes gaar in het citroenwater in ca 15 minuten. Smelt 30 gram boter in een pannetje en strooi daar 2 eetlepels bloem over. Meng het al roerende op zacht vuur. Giet er 20 ml melk bij en evt nog wat kookvocht en roer tot sausdikte. Kruid met zout en peper en wat nootmuskaat. Giet de schorseneren af en serveer met de saus. Lekker bij gebakken aardappelen.

### **Zuurkool met mosterd en kaas uit de oven**

*500 gr zuurkool, 1 kg aardappelen, 100 ml melk, 100 gram boter, 125 gram creme fraiche, 3 tl mosterd, 2 tl honing, 100 gram oude kaas.*

Kook de zuurkool in een laagje water, zo'n 20 minuten. Kook de aardappelen gaar. Verwarm de oven voor op 180 graden. Vet een ovenschaal in met boter. Stamp de gare (afgegoten) aardappelen met de afgegoten zuurkool, de boter en de melk tot een stampot. Doe er voor de smaak wat zout en peper bij. Rasp de oude kaas en meng dit met de crème fraîche, de mosterd en de honing. Doe de stampot in de ovenschaal en smeer het crème fraîche mengsel erover uit. Zet 25 minuten in de oven.

### **Komkommer in augurkensap.**

*1 komkommer, augurken-sap.*

Als je pot augurken leeg is houd je een mooie marinade over voor de komkommer. Rasp de komkommer en doe het in de pot met de augurken-azijn. Laat een dag marineren en serveer als fris hapje bij het eten.

### **Surinaamse kerrietofu met ui**

*1 pak tofu van 200 gr, 2 rode ui, 2 tenen knoflook, 2 el maïzena, 3el garam massala of 2 el kerrie), beetje bouillonpoeder, peper, olijfolie, 0,1l water*

Haal de tofu uit de verpakking, wikkel het in een schone theedoek en leg er iets zwaars op. Laat dit 20 minuten staan, zodat de tofu goed uitlekt. Verwarm de oven voor op 200 graden. Breek de tofu in grove stukken en meng in een kom met olijfolie, maïzena en garam massala of kerrie. Verdeel over een met bakpapier beklede plaat en zet voor 20 minuten in de oven. Snijd ondertussen de ui en knoflook fijn. Als de tofu klaar is, verhit je een flinke scheut olie in een pan en fruit je de ui en knoflook. Wacht totdat de ui lekker zacht is en voeg nog wat garam massala (of kerrie) toe. Bak dit even mee en voeg vervolgens de tofu, water, bouillonpoeder (of zout)en peper toe. Meng goed door elkaar en laat enkele minuten op laag vuur staan, totdat de saus iets is ingedikt. Voeg nog wat water toe als 't te dik wordt. Een heerlijk gerecht bij basmatirijst en bijvoorbeeld worteltjes.

### **Wouter en Kathinka Kamphuis**

**Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen**

**0591-381445**

[info@leeuweriksveld.nl](mailto:info@leeuweriksveld.nl)

[www.leeuweriksveld.nl](http://www.leeuweriksveld.nl)

