



Kruisbestuiving

Wij boeren zorgen voornamelijk voor het lijfelijke voedsel, religie en kunst zorgen voor geestelijke voeding. Raakvlakken zijn er genoeg, alle drie zijn ze broodnodig. Wij lezen ook altijd graag de columns van Menso Rappoldt van de Grote kerk in Emmen, Deze week een mooie tekst van hem:

Wij hebben een plek in de tuin waar niets wil groeien. Er zijn lang geleden een paar varens en pollen siergras geplant, maar de helft is zo goed als dood. Het is onder een wijde loofboom. Zomers moet het lang hard regenen wil het water de grond en de wortels van de planten bereiken. De laatste jaren plant ik er blauwe en witte druifjes als ze in huis uitgebloeid zijn. Zij slaan vocht op in hun bol en redden het daardoor. Deze week besloot ik één van de graspollen te verwijderen. Hij zat nog stevig in de grond. Ik trok er stukken af en zag tot mijn verrassing dat het krioelde van grote zwarte mieren. Ik heb het maar gelaten voor wat het is. Bijzonder, dacht ik: Wat voor onze ogen dood lijkt en hopeloos onvruchtbaar, is vol leven! Maar anders dan wij bedoelden.

Het is een stukje grond waar graag vogels scharrelen: mussen, koolmeesjes, kepen, merels en duiven. Ze zoeken er eten en in het voorjaar strootjes en takjes. Ik kijk graag naar hen door het keukenraam. Nu snap ik waarom ze daar zo graag scharrelen. Het is voor hen een buffet.

De keus is nu aan ons om de dode planten eruit te halen omdat het geen gezicht is of ze te laten staan voor de vogeltjes. 'Geen gezicht' is trouwens veranderd. Ik zie nu geen dode planten meer, maar plekken met voedsel. Wat is 'dood' eigenlijk?

Met een hartelijke groet,
ds. Menso Rappoldt

Mooie website met Indiase recepten: www.indiansupperclub.com door Sumitra Naren, zij heeft ook een aantal keren kookworkshops georganiseerd bij ons op de kookzolder

Week 18, 5 mei 2021

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Bosui	't Leeuweriksveld
Paksoy	„
Sla divers	„
Raapstelen	„
Rode biet	via Eko de eerste (es)
Tomaten	Vahl bio, IJsselmuiden

Week 19 verwacht: Sla, rucola, waspeen, spinazie,

In week 19 leveren we alle pakketten één dag eerder dan normaal i.v.m. Hemelvaartsdag.

Help mee: dit gezin uit Azerbeidjan heeft een veilige plek in Nederland verdiend, doe mee met de petitie:

https://www.petities.com/red_jong_gezin_red_hun_toekomst_zeg_nee_tegen_oneerlijke_beslissing?u=6650486&utm_source=whatsapp Hun kinderen zijn hier geboren, zij spreken allen vloeiend Nederlands, hebben zelf veel gedaan voor een goede integratie, maar zij wachten al negen jaar.

Kiezelpreparaat: elke laatste zaterdag van de maand Geïnteresseerden kunnen na aanmelding deelnemen, aantal plaatsen beperkt, we beginnen om 7u.

Hunebeddentochten o.l.v. Ferry en Margrete:

1. Donderdag 24 juni: Verzamelen bij D50, Hunebedweg in Noord-Sleen om half 11. Eindtijd ca. 17.30 uur in Emmen. Neem zelf je lunch mee en evt. regenkleding. Bijdrage **30 euro**, contant te voldoen. Info of aanmelden: [meer info](#), vermeld je naam en 06 nummer.

Als er minstens 10 gegadigden zijn willen we in Emmen afsluiten met een gezamenlijke biologische, vegetarische 3-gangen maaltijd a 18.00 euro. Laat dit weten bij je aanmelding.

2. vrijdag 25 juni: Verzamelen om half 2 in Borger op de parkeerplaats bij het Hunebedcentrum. Bijdrage 20 euro, graag contant te voldoen bij aanvang. Info en aanmelden: [meer info](#), vermeld je naam, 06 nummer, of je een lift vraagt dan wel aanbiedt (van welke plaats of station). Bij normale regen gaat de tocht gewoon door, alleen bij hevig aanhoudend onweer niet.

Ferry en Margrete

Kijk ook voor meer info en andere activiteiten op de website: www.natuurlijkewezens.nl.

Ovenschotel met bietjes speciaal

hoofdgerecht voor 2 personen

350 gr bieten, 1 ui, 1 appel, een handje rozijnen, een scheutje olijfolie, ½ eetl. dilletopjes of bieslook, peper en zout, 2 laurierblaadjes, 3 eetl. citroensap of 2 eetl. azijn, 150 gr pasta, een blikje tonijn of makreel, ½ eetl. mosterd, 1 dl. yoghurt, evt. geraspte kaas

Pel en snipper de ui. Snijd de appel in kleine stukjes. Was de rozijnen. Schil de rauwe bieten en snijd ze in kleine blokjes. Fruit de ui in de olie en voeg er de bietjes aan toe. Schep het mengsel enkele malen om. Voeg appel, rozijnen, citroensap of azijn, laurierblaadjes en zout toe. Laat met het deksel op de pan alles ongeveer 10-15 min. zacht stoven. Schep af en toe om en voeg zonodig een scheutje water toe. Kook de pasta in water met zout beetgaar. Giet de pasta af en roer er een scheutje olijfolie door. Verwarm de oven voor op 190°C. Vet een ovenschaal in. Schep een laagje pasta in de schaal. Leg daarop de stukjes vis en daarop het bietjesmengsel. Herhaal de lagen nog 2 maal. Meng de yoghurt met de mosterd, dille of bieslook en zout en giet dit over de schotel. Bestrooi naar wens met geraspte kaas. Zet de schotel ruim een half uur in de voorverwarmde oven. Variatie: In plaats van vis kunt u ook gebakken gekruide tofureepjes of spekreepjes en champignons gebruiken.

Risotto met raapstelen

hoofd- of bijgerecht voor 2 personen

1 bos raapstelen, 1 ui, 1 teentje knoflook, 2 el roomboter/olijfolie, 150 g smoorrijst, ¾ bouillontablet, peper, Parmezaanse kaas

Worteltjes van raapstelen verwijderen. Raapstelen wassen, laten uitlekken en grof snijden. 250 ml water verhitten en de bouillontablet erin oplossen, houd de bouillon warm. Ui en knoflook pellen en fijnsnipperen. In (braad)pan boter/olie verhitten. Ui in ca. 5 minuten zacht, maar niet bruin bakken. Knoflook en rijst kort meebakken totdat de rijstkorrels glazig worden. Schep in gedeeltes de bouillon door de rijst, blijf roeren en wacht steeds met toevoegen van nieuwe bouillon tot deze is opgenomen door de rijst. Dit duurt ongeveer 30 minuten. Raapstelen erdoor scheppen en kort meewarmen. Op smaak brengen met peper. Serveren met (versgeraspte) Parmezaanse kaas.

Tomatensla met bosui en feta

bijgerecht voor 2 personen

3 tomaten, 1-2 stengel- of bosuitjes, ½ sjalotje 1½ eetlepel olijfolie, 1½ theelepels balsamico-azijn, 1½ eetlepel peterselie, zout, 75 gram feta

Was de tomaten en snijd ze in partjes. Snijd de stengel- of bosui in ringen en snipper het sjalotje fijn. Meng in een kom de tomatenpartjes met bosui, sjalotje, olijfolie en balsamico-azijn door elkaar. Strooi de peterselie over de tomatensla en breng het op smaak met zout. Verdeel de tomatensla over 2 bordjes en brokkel de feta erover.

Kerriekokos paksoi

hoofdgerecht voor 2 personen

150 gr basmatirijst, ½ grote of 1 kleine paksoi, 1 appel, 1 ui, olijfolie, 1 theel. kerrie, 50 gr cashewnoten, 30 gr santen, 1 eetl. sojasaus, cayennepeper, zout

Kook de rijst gaar met zout naar smaak. Pel en snipper de ui. Snijd de appel in kleine stukjes. Fruit de ui in olie en voeg er de noten, kerrie en appelstukjes aan toe. Voeg de santen toe en roer het mengsel goed om. Laat de santen oplossen en voeg beetje bij beetje, al omscheppend de fijngesneden paksoi toe. Laat de paksoi heel even meebakken. Maak op smaak met peper, zout en sojasaus. Serveer met de rijst.

Sla met avocado en paprika

bijgerecht voor 2 personen

1 krop sla, 1 rode of gele paprika, 1 avocado, 1 (bos)uitje, 6 eetl. olijfolie extra vergine, 2 á 3 eetl. citroensap, schepje honing, pijnboompitten, ciabattabrood of pasta

De salade: Was de sla en scheur de blaadjes fijn. Ontdoe de paprika van steel en zaadjes en snij deze in blokjes. Schil de avocado en snijd de avocado in partjes en vermeng deze met citroensap om verkleuring tegen te gaan. Verwijder de buitenste laag van het (bos)uitje en snij de bosui in ringetjes. De dressing: Meng 2 eetl. citroensap met peper, zout en voeg druppelsgewijs olijfolie toe. Meng de dressing even goed door, met een garde. Vind je de dressing te zuur voeg dan een schep honing toe. Rooster de pijnboompitten in een pan (of oven) lichtbruin.

Vlak voor het serveren: Schenk de dressing door de salade en schep de salade nog even om. Strooi de pijnboompitten over de salade. Lekker met pasta of ciabatta. Voor een maaltijdsalade voor 2 personen kun je er gerookte kip door doen.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

