



Volop voorjaar

Na de laatste week merk ik toch weer, dat bij het voorjaar echt de regen hoort. Het hele droge voelde meer als hoogzomer maar dan met de verkeerde temperatuur. En na zo'n tijd met regen maakt de natuur en ons stukje landbouw erin weer een reuze groeisprong. De aardappels staan boven de grond, de eerste peulen zijn geoogst, sommige bedden zijn al weer kaal geoogst, nou ja, kaal? Je kunt nu bijna toekijken, hoe ook het onkruid groeit. We zouden nu overal tegelijk kunnen schoffelen en wieden. Dat wordt dan soms weer lastig als de grond zo nat is, maar als het kan, is toch niets bevredigender als een rij groente uit het onkruid uitdiepen. Het is dan ook zo dat het gewas direct de groei ingaat.

Er zijn ook al een heleboel kilometers rode biet, pastinaken en wortels gezaaid, waar de eerste kiemen ook al weer boven de grond komen, nóg meer wiewerk in aantocht.

De haver en de emmer groeien ook. En waren ze eerst bijna niet van elkaar te onderscheiden, is er nu duidelijk een kleurverschil tussen beide graanvelden. Op zondag nemen we dan wel de rust om even een rondje om de boerderij te lopen, een praatje met de buurboer te maken en tot de ontdekking te komen, dat in één van de eiken aan de Wilhelmsweg een goed gevuld spechtnest zit.

Kathinka.

☺Asperges ☺

We hebben nu volop asperges. Bestel een portie extra bij uw pakket, voor een heerlijke maaltijd bv. bij de feestdagen. Dat kan via de webwinkel, per mail of telefoon.

Preparatenwerk

Elke tweede zaterdag van de maand om 7 uur roeren we het kiezelpreparaat. Volgende: 11 juni.

MantraDans met Dansen van Universele vrede op 't Leeuweriksveld.

27 mei van 19.30 - 21.30 Bijdrage €8,--

Aanmelden en info op bij Eleonora Helderma etmhelderma@gmail.com

Voel je welkom in de kring!

Week 21, 24 mei 2022

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Rode batavia- of eikebladsla 't Leeuweriksveld

Paksoy

”

Koolrabi

”

Andijvie

”

Gele biet

BioRomeo, Ens

”

Week 22 verwacht: Ijsbergsla, snijbiet, bospeen? deel v.d.pakketten: asperges, ...

En hier nog even onze affiche voor de bonte avond op 10 juni as.

Achter de schermen wordt volop gewerkt en de kunsten bevruchten elkaar heel mooi:

**BONTE AVOND
MET KLEINKUNST**

OP

't Leeuweriksveld

VRIJDAG 10 JUNI 19:30U

**MET LEEUWERICKEN KOORZANG,
GEDICHTEN, VERHAAL, DANS,
PERCUSSIE, TENTOONSTELLING EN
LEKKERS.**

WEES WELKOM

WAAR: ZANDZOOM 72 7814 VJ EMMEN. ENTREE: VRIJWILLIGE BIJDRAGE

Koolrabi-kaas ovenschotel

hoofdgerecht voor 2 personen

350 gr koolrabi, 20 gr boter, 20 gr bloem, peper en zout, 2 tot 3 dl melk, 60 gr geraspte (oude) kaas, 3 eetl. paneermeel

Verwarm de oven voor op 200°C. Schil de koolrabi dik, snijd de groente in plakken van ruim een centimeter dik en kook ze 5 min. in ruim water met zout bijna gaar. Laat ze in een vergiet uitlekken.

Maak ondertussen in een ander pannetje een kaassaus: verwarm de boter, roer de bloem erdoor met een scheutje melk en roer het glad. Meng daarna onder voortdurende roeren de rest van de melk erdoor tot het geheel kookt. Roer de geraspte kaas erdoor en laat de kaas smelten. Leg de koolrabi in een ingevette ovenschaal en schenk hier de saus over. Strooi het paneermeel erover en zet de schotel ongeveer een half uur in de voorverwarmde oven.

Lekker met aardappelpuree.

Variatie met ham: Voeg aan deze schotel in blokjes gesneden gerookte ham toe.

Oosterse paksoistamppot met paprika en pinda's

Volgens onze vrijwilligster Eleonora een superlekker recept!

hoofdgerecht voor 2 personen

250 gr kruimige aardappels, 30 gr gezouten pinda's, 1 eetl olie, 1 eetl Indian madras curry paste (of 1 eetl kerriepoeder), 1 rode paprika, 2 bosuitjes, 50 ml kokosmelk, 1 struik paksoi, eventueel een halve rode peper.

Schil de aardappels en snijd ze in stukken. Snijd de paprika in reepjes en de bosuitjes in ringetjes. Was de paksoi en snijd deze in reepjes. Snijd eventueel de peper in ringetjes.

Kook de aardappels gaar in water met wat zout. Rooster de pinda's goudbruin in een droge koekenpan. Laat afkoelen.

Verhit in een bakpan of wok de olie en fruit de currypasta of kerriepoeder ca. 1 minuut. Voeg de paprika toe en roerbak 3 minuten, voeg dan de bosui toe.

Verwarm de kokosmelk. Stamp de gare aardappels met de kokosmelk tot een puree. Schep het paprikamengsel en de rauwe paksoi door de puree en bestrooi met de pinda's en eventueel de peperringetjes.

Andijvie met kerrie en tomaat

bijgerecht voor 2 personen

½ eetl. boter, ½ ui, 1½ theel. kerriepoeder, 400 gr andijvie, 2 tomaten

Pel en snipper de ui. Was de andijvie en snijd deze in repen. Snijd de tomaten in stukjes. Verhit de boter en fruit de ui en het kerriepoeder ca. 3 minuten. Schep de andijvie erdoor. Doe de deksel op de pan en stoof de andijvie 5 minuten, schep ze af en toe om. Voeg de tomaatstukjes toe en stoof het gerecht nog ca. 5 minuten. Breng op smaak met zout.

Bron: www.okokorecepten.nl

Gordon Ramsay: bietensalade met geitenkaas en appel

Bijgerecht voor 2 personen

300 gr gele of rode bieten, 1 kleine appel (bijv Braeburn), citroensap, 25 gr hazelnoten, 50 gr geitenkaas

Vinaigrette: 1 eetl balsamicoazijn, 1½ eetl hazelnoten- of walnotenolie, 1½ eetl extra vergine olijfolie

Was de bietjes, kook ze gaar, laat ze afkoelen en haal de schil eraf. Snijd de bietjes in vieren of in achten.

Klop voor de vinaigrette de balsamicoazijn en beide oliesoorten door elkaar in een kom; voeg zout en peper naar smaak toe.

Snijd de appel in vieren en verwijder het klokhuis. Snijd de partjes in plakjes en besprenkel ze met wat citroensap om verkleuring te voorkomen.

Rooster de hazelnoten en hak ze grof.

Schep de bietjes, appelschijfjes en hazelnoten door elkaar en verdeel ze over vier borden.

Verkrumel de geitenkaas over de salade met en sprenkel de vinaigrette erover. Serveer de salade meteen.

Bron: www.okokorecepten.nl

Sla met tonijn, rode ui en kiemen

bijgerecht voor 2 personen

1 krop sla, 1 rode ui, 1 zakje of bakje gemengde kiemen, 1 blikje tonijn

Dressing: 6 eetl olie, 2 eetl citroensap, 1 theel mosterd, 1 theel honing, peper, zout

Extra lekker: wat kappertjes

Sla in stukjes delen, wassen en droogslingeren in theedoek. De ui pellen en in ringen snijden.

Tonijn laten uitlekken en in stukjes verdelen.

Kiemen loshalen en met de ui, tonijn en sla in een kom door elkaar scheppen.

Dressing maken en door de sla scheppen.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

