



Op 't boerenerf

Vaak kunt u hier een verslag lezen van alles wat bij ons op het land gebeurt, maar deze week hebben we van alles hier op het erf gehad. Afgelopen woensdag voor het eerst weer Eten wat de pot schaft. Het was lekker zomers, dus de schaduwplekken waren goed bezet met tuintafels met gezellige groepjes mensen. Er was heerlijk eten en zelfs muzikale omlijsting, kortom een geslaagd begin na zo lange tijd.

Donderdagavond hebben we voor het eerst met een groep mensen op het erf van onze nieuwe aanwinst gezeten, gezamenlijk gegeten en de plek verkend. De vertrekkende buurman heeft nog mooie oude verhalen vertelt en ook een muzikaal lijstje gegeven op z'n accordeon.

En vrijdag hebben we nog één keer ter afsluiting van ons koorseizoen met elkaar een klein St. Jansfeest gevierd.

U zult wel denken: op 't Leeuweriksveld vieren ze alleen maar feest, maar er zijn vrijdag ook nog 18.000 preiplanten de grond ingegaan, die gelukkig zaterdag een mooie krachtige regenbui over zich heen kregen, zodat wij even geen buizen hoefden te slepen en in de winkel, bij de groentepakketten en in de webwinkel was het zoals de laatste weken het "nieuwe normaal" met een soort van wekelijkse kerstomzet. Het aspergeseizoen is al weer achter de rug en het plastic al weer opgeruimd, zodat de planten eindelijk mogen groeien.

Met de bewonersgroep voor het nieuwe perceel zijn we op dit moment in een fase van de plattegrond van het erf van Zandzoom 70 en 72. Eerst heeft iedereen zelf er vrolijk op los getekend, hoe zou je het terrein voor je zien en afgelopen week zijn twee groepen aan de slag gegaan om tot een gezamenlijke tekening te komen. Het is heel spannend, wat bij dit proces gebeurt, je kunt heel mooi elkaars raakvlakken leren kennen en ook elkaars gevoeligheden. Ook is het mooi om te zien, hoe bijna iedereen in het begin veel te veel dingen op het stuk onder wil brengen, en hoe zo langzaam een passend plaatje ontstaat.

Binnenkort komen we bij elkaar om aan het thema (tijdelijk) eigendom te werken, want daarmee is het net als bij een muziekinstrument: je kunt wel bedenken, hoe het is om accordeon te spelen, maar je krijgt er pas muziek uit, als je steeds weer erop oefent.

Kathinka

Week 27, 1 juli 2020

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

IJsbergsla 't Leeuweriksveld

Rode of witte kool „

Venkel „

Groenlof „

Tuinbonen „

Week 28 verwacht: capucijners/tuinbonen, rode bataviasla, rode bietjes, ...

Agenda OKeE:

29 juli, 18 uur eten wat de pot schaft: een buffet in de boerenschuur, met een 3 gangen biologisch vegetarisch menu. U mag uw eigen (camping)tafeltje meenemen, stoelen zijn er. U mag uw eigen plek zoeken; op het erf, in de schuur of op de zolder, als het maar 1,5 meter van de andere tafeltjes is. U mag ook uw eigen bord en bestek meenemen. Kosten € 15,- pp en drankjes € 2,50. Max 30 personen.

Aanmelden tot 22 juni

info@oogstenkokeneten.nl, Alberta Rollema.

Kiezelpreparaat

Elke laatste zaterdag van de maand spuiten we het kiezelpreparaat over de gewassen die op dat moment bezig zijn de oogstbare delen te vormen. Dit preparaat bevordert de voedingswaarde en de smaak. Bij dit werk merk je dat je goede energie aan het verspreiden bent. De eerstvolgende keer is op zaterdag 29 juli om 7 uur 's ochtends.

Belangstellenden kunnen deelnemen, aanmelding gewenst.

Workshop fermenteren met Mina Bahnini

In deze workshop gaan we knoflook, citroen en roomboter fermenteren volgens grootmoeders recept. Wat u tijdens de workshop heeft bereid, krijgt u in drie weckpotten mee naar huis. De workshop wordt vindt plaats op 't Leeuweriksveld, Zandzoom 72 in Emmen.

Aanmelden kan via info@habous-shopping.com of telefonisch via 06-15396114.

Prijs: € 49,95 L46KNAB0258746092, t.a.v. M.

Bahnini o.v.v. Workshop Fermenteren + de gekozen datum. Uw aanmelding is definitief zodra het bedrag is ontvangen

Zaterdag 22 augustus -- 26 September van -- 24

Oktober van -- 21 November -- 12 December, tijd:

11.00-14.00 uur

Een heel goed interview met klinisch ethicus

Dr Erwin Kompanje:

<https://www.youtube.com/watch?v=rlnfnsFz6c8>

Voor een bredere kijk op het coronagebeuren.

Venkel in wijnsaus

bijgerecht voor 2 personen

1-2 venkelknollen, 1 dl. droge witte wijn of water, 80 gr geraspte pittige kaas, 1 dl. crème fraîche of sojajacuisine, boter om in te vetten

Oven voorverwarmen op 200°C. Een schijfje van de onderkant van de venkel halen. Venkelgroen afsnijden en apart houden. Venkel wassen, in stukken snijden en in 100 ml wijn (of water) in 5 minuten beetgaar koken. Met een schuimspaan uit de pan scheppen en in een ingevette ovenschaal schikken. Crème fraîche of sojajacuisine door het kookvocht roeren en over de venkel gieten.

Bestrooien met de kaas. 20 min. in de oven gratineren. Garneren met het venkelgroen. Lekker met gierst of aardappelen en vis.

Stamppot ijsbergsla met paprika en tofugehakt

hoofdgerecht voor 2 personen

500 gr aardappels, 1 rode paprika, 1 ui, 25 gr roomboter, ¼ eetl paprikapoeder, 90 gr tofu roerbakgehakt, ½ krop ijsbergsla, 25 ml melk, peper, zout

Schil de aardappels, was ze en snij ze in stukken. Kook de aardappels in water met zout gaar in ca. 20 minuten. Halveer ondertussen de paprika's in de lengte, verwijder de zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in blokjes. Pel en snipper de uien. Verhit de helft van de boter in een koekenpan en bak de ui 3 min. Voeg de paprika, paprikapoeder en het roerbakgehakt toe en bak 5 min. mee. Was de ijsbergsla en snijd deze in reepjes. Verhit de melk in een steelpan. Giet de aardappelen af en stamp ze met de melk en de rest van de boter tot een grove puree. Schep het paprikagehaktmengsel en de ijsbergsla erdoor en breng op smaak met peper en eventueel zout.

Serveer direct.

Bron: www.ah.nl

Rode kool met sinaasappel

bijgerecht voor 2 personen

½ rode kool, 1 sinaasappel, 2 eetl olijfolie, 2 rode uien, 50 ml rode wijn, 2 eetl rozijnen

Snijd de halve rode kool in de lengte doormidden, verwijder de witte kern en snijd de kool in dunne reepjes. Boen de sinaasappel schoon. Rasp de oranje schil van de sinaasappel en pers de vrucht uit. Pel de ui en snijd deze in halve ringen. Verhit de olie in een wok. Bak de kool en de ui 5 min. op hoog vuur. Voeg het sinaasappelrasp, het sinaasappelsap, de wijn en de rozijnen toe. Roerbak nog 4 min. op hoog vuur. Breng op smaak met peper en zout.

NB: dit recept kan ook met **witte kool**.

Groenlof met kerrie en noten

bijgerecht voor 2 personen

400 gr groenlof, 1 ui, ½ eetl kerrie, 50 ml bouillon (van blokje), ½ eetl, bloem, 40 gr cashewnoten, zout, peper, olie

Was de groenlof goed in ruim water, laat uitlekken en snijd de groenlof in reepjes. Pel en snipper de ui. Verhit de olie in een pan en fruit hierin eventjes de ui. Roer dan de bloem erdoor en schep dan ook de groenlof en de cashewnoten erdoor. Giet de bouillon erbij en laat onder voortdurend omscheppen 5 minuten zachtjes sudderen. Breng het op smaak met wat zout en peper. Lekker met rijst en vegetarische falafelballetjes.

Citroenrisotto met tuinbonen

hoofdgerecht voor 2 personen

½ liter groentebouillon, 30 gr boter, ½ ui, 150 gr risottorijst, 1 glas witte wijn, rasp en sap van 1 citroen, 750 gr verse tuinbonen (250 gr gedopt),

50 gr geraspte pecorinokaas of andere Italiaanse kaas, 1 eetl. peterselie, peper en zout naar smaak

Open de peulen door met twee duimen op de bolle kant te drukken. Rits ze langs de middennaad verder open met de duim en wip de bonen uit de peul. Doe de bonen direct in water met een scheutje melk om de kleur mooi blank te houden. Pel en snipper de ui. Rasp de schil van de citroen en pers de citroen uit, vang het sap op. Rasp de kaas. Maak de groentebouillon en houd deze warm. Fruit de ui in de boter in een pan met dikke bodem. Voeg de rijst toe en bak 1 min. mee. Roer goed, zodat alle korrels met boter bedekt zijn en glazig worden. Schenk de witte wijn in de pan en roer tot deze is opgenomen. Herhaal dit met het citroensap. Voeg nu al roerend steeds een scheut hete bouillon toe. Schenk er pas nieuwe bouillon bij als de rijst dreigt droog te koken. Na ca. 20 min. zal alle bouillon op zijn en de rijst smeug en beetgaar. Kook intussen de tuinbonen in ruim water met zout in 8-10 min. beetgaar. Giet ze af en roer de tuinbonen met het citroenrasp en de pecorinokaas door de risotto. Leg een deksel op de pan, draai het vuur uit en laat de risotto 2 min. staan. Roer als laatste de peterselie erdoor. Breng op smaak met zout en versgemalen peper.

Bron: www.smulweb.nl

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

