



Rond het werk

Naast al het onkruid wieden, oogsten, pakketten inpakken en winkelwerk gebeurd er ook nog van alles in zo'n week. We hadden een groep mensen op bezoek van "Sophia's tuin". Zij telen groente en bloemen, hebben een winkel en groentepakketten. Daarnaast zijn zij ook bezig, om hun grond onder te brengen in een stichting. Ook weer één van de kleine lichtpuntjes op aarde.

Maandagavond deden we koeknuffelen. Dat was één van de prijzen, die de kinderen konden winnen bij de Blauwe bessengard. Twee kinderen en hun ouders waren heerlijk bezig met onze 5 koeien.

Verder is het ook heerlijk, om na het werk even langs de blauwe bessen te gaan en af een toe een snoepje in de mond te stoppen.

De struiken hangen echt heel vol, kom nu ook zelf plukken voor een voorraad in de diepvries, of om zelf jam te maken, je hebt zo een lading bessen geplukt.

***Dit zijn de tijden om te komen zelfplukken:
maandag, dinsdag, donderdag, vrijdag,
zaterdag van 10:00 tot 16:00.***

Dinsdagavond, van 18:30 tot 20:30

Op woensdag en zondag gesloten.

Ook zijn we bezig met de vredespaal, er komen witte vlakken met beits, waar dan de teksten erop gebrandschilderd wordt.

We werden erop gewezen, dat in Emmen al wél een vredespaal staat, en dan al ca 15 jaar. In de stiltetuin in Noordbarg. Dat is mooi! Dus wij zullen hier de tweede vredespaal in deze regio neerzetten op **21 september**.

We kwamen in gesprek en er rees de vraag, nu zijn er dus al meer dan 200.000 vredespalen en nog steeds geen vrede... Het lijkt soms zo moeilijk. Misschien omdat we als mensen ook de bijzondere taak hebben om tegelijkertijd echt een individu te worden en vanuit dat individu zijn toch goed samen te werken, dat is nogal een opgave. Als het lukt om toch steeds weer met elkaar naar onze overeenkomsten te kijken ipv de verschillen, dan is dat mogelijk.

Kathinka.

Week 30, 23 juli 2025

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Krop- of ijsbergsla	't Leeuweriksveld
Courgette	„
Snijbiet regenboog	„
Venkel	„
Tuinbonen	„
Raapjes	„
Basilicum	„

In week 31 verwacht: Div. sla, nieuwe aardappels, witte kool, courgette, orei...

Webwinkel:

In week 34 (woensdag 20 en donderdag 21 augustus) leveren we geen bestellingen. U kunt in die week wel een groentepakket nemen. Geplaatste bestellingen worden doorgeschoven naar de volgende week.

We oogsten weer heerlijke aardappels van eigen grond! Handgeraapt - en extra lekker door de zelfgemaakte bd-preparaten die we toepassen. Met een abonnement op een aardappelpakket ontvangt u elke twee weken 3 kilo voor € 5,50 per keer. Aanmelden hiervoor kan via mail of telefonisch.

A.s. vrijdag: Preparaten op 't Leeuweriksveld

Voor de vroege vogels: het kiezelpreparaat roeren en uitbrengen, telkens op **vrijdag van 7u tot plm 10u: 25-7, 22-8, 19-9**

zo 28 sept 15u-plm 19u compostpreparaten en hoornmestpreparaat maken en ingraven

Wil je meedoen bij één of meerdere dagen, meld je aan via info@leeuweriksveld.nl

Seminar Europa tussen Oost en West, 1-3 aug

a.s. op 't Leeuweriksveld,

m.m.v. Heidjer Reetz, Jan van Gils, Arjen

Nijeboer, Wouter en Kathinka.

Meer info en aanmelding: info@driegeleding.nl

Oogstdiner van Mooi Weerdinge

Bij ons op de zolder is nu "kookvakantie". Maar niet getreurd, u kunt lekker aanschuiven bij Mooi Weerdinge:

26 juli organiseert Mooi Weerdinge haar eerste oogst diner. Chef Kay kookt op open vuur met dagverse oogst een culinair driegangen diner.

Deelname kost € 27,50, aanmelden kan via

www.mooiweerdinge.nl

Voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Gebakken courgette

1-2 courgettes, olie om in te bakken, zout, peper, basilicum

Snijd de courgette in ca 0,5 cm dikke schijven. Verhit de olie goed en bak de courgettes even op hoog vuur. Voeg zout en peper toe en laat nog ca 10 minuten sudderen. Hak de basilicumblaadjes fijn en strooi vlak voor het opdienen over de courgette. Simpel en lekker!

Venkelsalade met ei en pesto dressing

1/2 krop sla, 1 knolvenkel, 2 eieren, 2 el olijfolie, 1 el (appel)azijn, 1 tl pesto

Sla wassen, in stukjes scheuren en op een platte schaal verdelen. Knolvenkel wassen, kontje weg snijden en bovenste en droge delen van de stengels snijden. Venkel in kleine stukjes snijden en over de sla verdelen. Eieren koken tot dat ze hard zijn, pellen, in de lengte halveren en over de salade verdelen. Olie, azijn en pesto goed mengen. Dit gaat makkelijk met een kleine garde. Dressing over de salade schenken.

Maak de pesto zelf met de basilicum, wat olijfolie, zout en ev erbij: pijnboompitten en geraspte (Parmezaanse) kaas.

Alles met elkaar in een blender mengen.

Tuinbonen met witte saus

De tuinbonen uit het pakket, 1 ui, gesneden, 30 g boter, 30 g bloem, 3 dl melk, 2 el crème fraîche of sojagacuisine, peper en zout, evt 3 tl mierikswortelsaus, evt nootmuskaat

Open de peulen door twee duimen op de bolle kant te drukken. Langs de midden naad verder openritsen met de duimnagel en de bonen uit de peul wippen. Kook de boontjes in water in ongeveer 10 tot 15 min gaar. Fruit de ui in boter, roer bloem er door en laat dit even meebakken. Voeg beetje bij beetje de melk toe en roer goed. Maak de saus op smaak met nootmuskaat, mierikswortel, peper en zout. Meng crème fraîche of soja cuisine door de saus. Giet de tuinbonen af en roer er een klontje boter door. Serveer de saus over de bonen.

Raapjes in tomatensaus

400 g meiraapjes, 300 g tomaten, 1 grote teen knoflook, 1 kleine ui, 1/2 el fijngehakte verse basilicum, 1/2 tl gedroogde oregano, 1 mespuntje cayennepeper, zeezout naar smaak, 1 scheutje olijfolie, 1 klontje boter

Snij de boven en onderkant van de meiraapjes. Halveer de raapjes en snij elke helft nog eens in 4 partjes. Verhit wat boter in een koekenpan en bak de raapjes een paar minuten. Voeg de ui toe

en de knoflook en bak nog even mee tot ze glazig zijn. Voeg de tomaten toe, samen met de oregano en zout naar smaak. Laat 25 minuten sudderen op een laag vuur. Voeg dan basilicum en cayennepeper toe. Kook er pasta, rijst of graan bij en bestrooi met geraspte kaas.

Aardappel-venkelschotel met kaas

350 gr aardappelen, 225 gr knolvenkel, 1 ei, zout, peper, 125 gr ricotta-kaas, 1 ui, 45 g gruyerekaas (fijngeraspt), 1 eetl. broodkruim

Schil de aardappels en kook deze gaar in een bodempje water. Giet af en laat wat afkoelen. Snijd de aardappels in plakken. Maak de venkel schoon, snijd de stelen eraf, bewaar het fijne groen. Snijd de knollen in plakken en kook deze 10 min in gezouten water. Laat goed uitlekken. Snijd het venkelgroen klein. Klop de eieren samen met het venkelgroen, de ricotta en wat zout en peper. Vet een ovenschaal in en beleg de bodem met plakjes aardappel. Bedek met de helft van de venkel en de helft van het kaasmengsel en bestrooi met 1/3 van de uitjes en de gruyere. Herhaal deze handeling en eindig met een laag aardappelen. Meng de rest van de uitjes en de gruyere met het broodkruim en strooi dit over de aardappelen. Bak 30 min in een hete oven van 200°C tot de bovenkant krokant bruin is.

Turkse salade van raapjes

300 gr herfstraapjes, 3 gedroogde vijgen, 5 eetl. olijfolie, 2 eetl. kruidenazijn, 1/2 theel. kerriepoeder, 1/2 theel. kurkuma, zeezout naar smaak

Verwijder de lelijke plekken van de raapjes, haal het bovenkantje en eventueel onderkantje eraf en rasp ze op een grove rasp. Snijd de vijgen in reepjes, meng de ingredienten voor de saus. Meng alles door elkaar en laat een kwartiertje intrekken.

Wouter en Kathinka Kamphuis
Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen
0591-381445

info@leeuweriksveld.nl
www.leeuweriksveld.nl

