



Week 33, 12 augustus 2020

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Krop- of ijsbergsla 't Leeuweriksveld

Bospeen „

Prei „

Koolrabi óf spekbonen „

Tomaten „

Deze week: héél veel aankondigingen:

GEZOCHT: Huisoppas

Voor de duur van 1 jaar (evt. 2) ben ik op zoek naar een bewoner voor een vrijstaand huis, omgeving Emmen, met 6000m2 grond. Inc. verzorging dieren (katten, bijen, kleinschalige kippenhouderij). Ontwikkelen van eigen projecten mogelijk in overleg, klussen in ruil voor huurverlaging ook. Voor meer informatie mail naar: saskia@hoeversmerta.nl

Natuur- of lichtwezens bij de Drentse hunebedden.

Op zondag 13 september komen Ferry van der Loos en Margrete Vijlbrief naar Drenthe om ons kennis te laten maken met kosmische lichtwezens bij de hunebedden. Het zijn die lichtwezens die onder andere de hunebedden tot krachtplaats maken; zonder lichtwezen heeft een hunebed geen energie, geen uitstraling.

In deze tijd van de mensheidsontwikkeling, waar de mens door zijn materialistische voorstellingen en kapitalistische handelwijze de natuur veel geweld aan doet en haar ecologische samenhangen grotendeels door gebrek aan inzicht verstoort, is het van groot belang dat natuurwezens weer 'gezien' worden.

Verdere informatie en aanmelding over de hunebeddentocht rond Emmen via <https://www.natuurlijkewezens.nl/>

De tocht begint om 11 uur bij Noord-Sleen en ongeveer 17 uur sluiten we af; voor wie dat wil met een gezamenlijke maaltijd.

Voor overige info Cecile 06- 52594394

Week 34 verwacht: koolrabi, sla, bospeen, ...

Kiezelpreparaat

Normaal elke laatste zaterdag van de maand, nu voor één keer de eerste zaterdag (van september) 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 5 september om 7 uur 's ochtends. Belangstellenden kunnen deelnemen, aanmelding gewenst.

Eten wat de pot schaft

Een buffet in de boerenschuur, met een 3 gangen biologisch vegetarisch menu. Elke laatste woensdag van de maand op 't Leeuweriksveld. Kosten € 15,- pp en drankjes € 2,50. Max 30 personen.

Let op: in augustus is er geen eten wat de pot schaft, de volgende keer is op 30 september.

Aanmelding en info bij Alberta Rollema:

info@oogstenkokeneten.nl,

06-19199934

Nog plekken vrij, meld je snel aan:

Workshop fermenteren met Mina Bahnini

op 't Leeuweriksveld

In deze workshop gaan we knoflook, citroen en roomboter fermenteren volgens grootmoeders recept. Aanmelden kan via info@habous-shopping.com of telefonisch via 06-15396114.

Prijs: € 49,95 Zaterdag: 22-08 – 26-09 – 24-10 – 21-11 – 12-12, tijd: 11.00-14.00 uur

voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Tomatensalade van 't Leeuweriksveld

De tomaten uit het pakket, 1 kleine ui/bosui/1/2 prei, stuk feta, ev wat basilicumblaadjes.

Voor de dressing: 4 eetl milde (olijf)olie, 2 eetl. azijn, 2 eetl. appeldiksap, (kruiden)zout en peper. Maak de dressing: meng olie, azijn en diksap met een scheut water. Voeg zout en peper toe, zoveel, dat het té zout smaakt (trekt dan in de tomaten). Snipper de ui/stengelui/prei heel fijn en meng met de dressing. Verwijder de stengelaanzet uit de tomaten en snijd in plakken. Snij ook de feta in plakken. Meng tomaten en feta met de dressing. Garneer ev. met basilicumblaadjes en laat nog even doortrekken. Als hoofdgroente bij de maaltijd: neem alle tomaten, als salade bij een ander hoofdgerecht, neem de helft.

Gesmoorde peen

1 bos peen, olie om in te bakken, zout en peper. Trek de bladeren van de wortels, borstel of schrap ze en snij de kontjes en punten eraf. Verhit olie in een bakpan en leg de wortels erin. Laat ze bruin aanbakken en draai nog een keer. Laat ze dan op een laag vuur met deksel erop ca 15-20 garen. Ev een klein beetje water erbij doen.

Bospeen van de bbq met pesto van eigen loof

1 bos bospeen met mooi fris groen loof, 2 el ghee of olijfolie, 1 citroen, 1/2 tl grof zeezout, 2 tl komijn- of anijszaad, 2 tl venkelzaad. Voor de pesto: 50 g bospeenloof, 1 grote hand basilicumblaadjes, 2 teentjes knoflook, kneepje citroensap, zout naar smaak, 6-8 el extra vergine olijfolie, 2 el geraspte parmezaan, 30 g hazelnoten

Haal het groen van de peen, maar laat ongeveer 10 cm zitten, dat ziet er wat stoerder uit. Maak een lekker mengsel van de ghee met de zaadjes, het sap van een halve citroen en het zout. Doe de peen rechtop in een pan met kokend water en kook de bospeen 5 minuten voor. Doe over in een vergiet en spoel met koud water af. Even uit laten lekken en drogen met een theedoek. Leg de wortels in een diepe schaal en wrijf ze in met het botermengsel. Laat een halfuurtje intrekken. Leg ze dan op een matig hete barbecue en laat ze langzaam in zo'n 10 minuten verder zacht worden. Draai ze steeds om. Maak ondertussen de pesto: was het wortelloof voor de pesto even en dep of sla het droog. Snijd het wortelloof iets fijner en doe met de rest van de ingrediënten voor de pesto met ongeveer de helft van de olie in een

keukenmachine (of hak het met de blender of staafmixer fijn). Voeg langzaam de olie toe tot je een lekkere smeuijge pesto hebt. Serveer de peentjes met de pesto en wat grof zeezout.

In room gegaarde prei met zalm en tomaat uit de oven

2 stukken zalmfilet van 125 g, kneepje citroensap, 250 g prei, in dunne ringen, 1/2 el verse oregano, fijngehakt (of 1 theelepel gedroogde), 2 el slagroom, 4 kleine tomaten (in helften) of twee grote (in kwarten), 250 g voor gestoomde aardappelschijfjes, 1 el olijfolie, 15 g gepelde pistachenootjes, grof gehakt.

Wrijf de stukken zalm in met peper, zout en citroensap en laat dit 10 minuten intrekken. Vet een ovenschaal in en leg de prei erin. Meng er de room, peper, zout en oregano door. Leg de zalm erop en leg de tomaten erom heen. Meng de aardappelschijfjes met de olie, wat peper en zout en leg ze over de zalm heen. Bestrooi het gerecht met de grof gehakte pistachenootjes. Zet de schaal in het midden van de oven. Stel de oven op 200 graden in. Bak de zalm in 35 minuten goudbruin en gaar. (bron: Smulweb)

Venkelananassalade

1 à 2 knollen venkel, 1/2 ananas of 1 potje ananas, uitgelekt, 6 (grote) aardappelen, 1/2 bosje peterselie, 200 g oude kaas, mayonaise naar smaak, 1/2 tl paprikapoeder, vers gemalen peper

Aardappelen schoon boenen met een groenteborstel en gaar koken. Knolvenkel in de breedte in dunne plakjes snijden en daarna in reepjes. Ananas in de lengte in 4 parten snijden, schil en harde kern verwijderen en in kleine stukjes snijden. Peterselie fijn hakken. Kaas in blokjes snijden. Aardappelen in stukjes snijden. Alle ingrediënten mengen.

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

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

