



5G

Misschien vraagt u zich bij deze titel af: wat heeft nou 5G met landbouw en groente te maken? Ik heb me er om wat uiteenlopende redenen een beetje in verdiept. Een deel van de mensheid heeft last van verschillende soorten straling, een ander deel helemaal niet, maar daar gaat het nu niet over. Landbouwkundig gezien is er namelijk het één en ander aan te merken over de uitrol van een 5G netwerk, en dat strookt al helemaal niet met onze manier van werken.

Hierbij een greep uit de feiten:

Wist u dat:

- 5G miljoenen extreem energie-slurpende (CO2 producerende) zenders en extra datacenters nodig heeft.

- Sneller bereik door 5G sowieso de komende 7 jaar niet plaats gaat vinden en er vooral héél veel bomen moeten worden geruimd. Nog veel meer als er nu al gekapt zijn. Nu al ontbost Nederland sneller dan het Amazonewoud

(<https://www.earth-matters.nl/7/14531/aarde-en-milieu/stop-grootschalige-bomenkap-nederland-ontbost-sneller-dan-het-amazone-gebied.html>).

- Er 20.000 satellieten de lucht in moeten worden gebracht voor 5G waar voor je heel Afrika uit de hongersnood zou kunnen redden.

- Insecten opwarmen bij hoge straling. Vanaf 10GHz stijgt de lichaamstemperatuur van insecten, 5G maakt gebruik van frequenties tot 120GHz.

Volgens mij zou dit alles de biodiversiteit en wat voor mij ook een stuk levensschoonheid is, compleet om zeep helpen.

Tot nu toe kon iedere gemeente zelf beslissen, of er 5G moest komen. De overheid is bezig met een wetsvoorstel om gemeenten te verplichten, aan de uitrol mee te doen. Tot 9 september is er een mogelijkheid om je stem te laten horen, als je daar anders over denkt:

<https://www.internetconsultatie.nl/telecomcode>

Kathinka.

## Week 34, 21 augustus 2019

### Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Groene of rode bataviasla 't Leeuweriksveld

Rode kool „

Paksoy „

Snijbiet „

Koolrabi paars „

Courgette óf rode puntpaprika „

**Week 35 verwacht:** rode eikebladsla, bospeen, rode puntpaprika óf courgette, ....

### Oogstfeest

Om vast in uw agenda te zetten: op zaterdag 28 september a.s organiseren we ons jaarlijkse oogstfeest+appelsapdag!

### Kiezelpreparaat roeren en spuiten

April t/m augustus en in oktober elke laatste zaterdag van de maand van 7u t/m 10.30u (incl. ontbijt). Belangstellenden kunnen zich aanmelden om mee te doen, maximaal 2 personen per keer.

### Antroposofische bieb

Thema: De antroposofische beweging

De antroposofische beweging 1: Ontstaansgeschiedenis R.Steiner

Ontwikkelingen van antroposofische bewegingen R.v. d. Poort

R.Steiner en zijn levenswerk de Antroposofie F.W.Zeylman van Emmichoven

### Eten wat de pot schaft

elke laatste woensdag van de maand aanschuiven op de kookzolder van 't Leeuweriksveld; 18 uur € 12,50 pp. Aanmelding t/m de maandag ervoor bij Alberta Rollema:

[info@oogstnokeneten.nl](mailto:info@oogstnokeneten.nl) of: 06-19199934

### Nieuw in de webwinkel:

We hebben ons beleid veranderd: vanaf deze week is levering van alle bestellingen in onze webwinkel op een neerzetspunt gratis!

De regels voor thuisbezorging zijn niet veranderd. Vanaf een waarde van minimaal € 20,- kunt u uw bestelling thuis laten bezorgen, en dit kost € 4,- bezorgkosten.

voor recepten zie ook: [www.leeuweriksveld.nl](http://www.leeuweriksveld.nl)

### **Roergebakken paksoi met ui en ketjap**

bijgerecht voor 2 personen

*1 striuk paksoi, 30 gr margarine, 2 uien, ½ theel knoflookpoeder, 1 eetl ketjap manis, peper en zout naar smaak*

Pel en snipper de uien. Fruit de uien. Was paksoi en snij dit in dunne reepjes. Smelt de boter in een ruime pan en bak hierin de paksoi waarbij u het met een houten roerlepel constant omroert zodat het vocht loskomt. Na ongeveer 2 minuten op smaak maken met wat zout, peper, knoflookpoeder en ketjap. Roer de gefruite uien door de paksoi. Lekker met rijst of gebakken aardappelen.

### **Roergebakken rode kool met tijm**

bijgerecht voor 2 personen

*1 of een halve rode kool van ongeveer 400 gr, 1½ eetl olijfolie, 1 kleine ui, ½ eetl suiker, ½ eetl verse tijm (of 1 theel gedroogde tijm), 125 ml rode bessensap (of 100 ml bouillon en ½ eetl balsamicoazijn), versgemalen zwarte peper*

Verwijder de buitenste bladeren van de kool, was eventueel de kool. Snijd de rode kool fijn. Pel en snipper de ui. Verhit de olijfolie in een wok en fruit de uisnippers tot ze glazig zijn. Roer de suiker erdoor en laat deze lichtbruin kleuren. Schep dan de rodekool erdoor en roerbak alles 3-4 minuten. Schep de tijm door de rode kool en voeg het bessensap of de bouillon met balsamicoazijn toe. Breng de rode kool op smaak met zout en peper.

Laat de kool in nog 15 min. zachtjes gaar stoven. Lekker bij braadworst of gestoofd rundvlees.

### **Rode koolsalade**

bijgerecht voor 2 personen

*½ rode kool, 1 sinaasappel, ½ appel, ½ eetl fijne mosterd, 1 eetl sesamzaad, 50 gr cashewnoten, 25 gr pijnboompitten, ½ eetl vers gehakte peterselie, 40 ml. sojasaus, ½ eetl ahornsiroop, 3 eetl olijfolie, peper, zout*

Was de rode kool en snijd deze fijn. Schil de sinaasappel. Snijd de partjes van de sinaasappel en bewaar het sinaasappelsap. Schil de appel en snijd deze in partjes. Vermeng de mosterd met de ahornsiroop en het sinaasappelsap. Vermeng de partjes sinaasappel en appel met de rode kool. Bak de nootsoorten goudbruin in een pan en blus af met de sojasaus. Serveer in kleine bakjes en bestrooi met peterselie.

### **Koolrabisalade met hazelnoten**

bijgerecht voor 2 personen

*1 koolrabi, 25 gram gepelde hazelnoten, 1 sjalotje of kleine ui, ½ eetlepel boter, 1 theelepel kerrie, 1 eetlepel mayonaise, 1 eetlepel zure room, ½ theelepel gemberpoeder, zout en peper*  
Schil de koolrabi en rasp hem grof. Hak de hazelnoten grof. Pel en snipper de ui. Verhit de boter in de pan en fruit hierin de ui met het kerrie-poeder. Maak in een schaal een sausje van mayonaise, zure room, gemberpoeder, de gefruite ui zout en peper. Schep de koolrabi erdoor.

Bron: [www.smulweb.nl](http://www.smulweb.nl)

### **Sla met pruimen**

bijgerecht voor 2 personen

*1 kleine krop sla, 60 gr feta, 4 stevige pruimen*  
Dressing: 4 eetl. olijfolie, 2 eetl.

*(appel)wijnazijn, 1 uitje gesneden, 1 theel. verse tijm*

Slabladeren wassen en droogslingeren in een theedoek. Bladeren kleiner snijden. Pruimen wassen en in plakjes snijden (kan om de pit heen). Feta in blokjes snijden en alles door de sla scheppen. Dressing kloppen van de ingrediënten en door de sla scheppen.

### **Snijbietsoep met tomaat en ei**

bijgerecht voor 2 personen

*400 gr snijbiet, 2 tomaten, 2 eieren, 2 teentjes knoflook, scheutje tamari, olijfolie, 750 ml water*  
Snijbiet wassen en kleiner snijden. Water aan de kook brengen. Tomaten van kroontje en steelaanzet ontdoen en klein snijden. Knoflook pellen, fijnhakken en even fruiten in olie in een pan met dikke bodem. Tomaten toevoegen aan de knoflook en samen even stoven. Snijbiet en water toevoegen en in ongeveer 5 min. gaarkoken. Eieren toevoegen en roeren totdat het ei in flinters is gestold. Op smaak brengen met tamari.

### **Wouter en Kathinka Kamphuis**

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

[info@leeuweriksveld.nl](mailto:info@leeuweriksveld.nl)

[www.leeuweriksveld.nl](http://www.leeuweriksveld.nl)

