



## Een paar actualiteiten

Naast verschillend “biologisch” nieuws hebben we ook een abonnement op de Nieuwe Oogst, het vakblad van LTO Nederland. De landbouw van alle kanten belicht, zo kun je het kort omschrijven.

Een heel actueel thema zijn dan ook de branden in Europa. Grote stukken bos en andere natuur, die in deze droge periode in vlammen opgaat. Je kunt er dan van alles bedenken, waar het aan ligt, maar dit vond ik wel een interessant gezichtspunt: Iemand schreef een column over de omgang met het landschap: één van de oorzaken van de grootschalige branden ligt eraan, dat er nu grote oppervlaktes natuur zijn, die nu heel goed branden. Eerder was het landschap veel meer dooraderd van stukken landbouw, waar de mens aan werkte, het landschap was dan stukken opener, er werd water gegeven, zodoende minder brandgevaarlijk.

Je kunt natuurlijk van alles opmerken over de manier van landbouw, maar de schrijver heeft wel een punt vind ik.

Welke landbouw willen we? Ik las ook, dat 75% van de Nederlanders zich zorgen maakt over bestrijdingsmiddelen in de voeding, in het landschap. Tsja, maar er wordt maar voor 4% biologisch geconsumeerd. Dus bij 71% van de mensen is de weg van zorgen maken naar de daad blijkaar te lang...

Wel leuk nieuws: de teelt en verkoop van biologische bloemen groeit gestaag. We hebben er weer een stukje mee mogen genieten afgelopen weekend, waar we op bezoek waren bij onze dochter, die bij het bedrijf *Op Beemster Klei* in de biologische bloemen werkt. Zes hectare vol met een grote variatie aan biologische bloemen, een lust voor het oog.

Kathinka

Dit is het beste moment voor een **aardappelabonnement**.

Eéns per twee weken zetten we een papieren zak met 3 kg aardappels voor u klaar. Kosten: €5,50 per keer. Een simpel mailtje voldoet om u aan te melden.

['t Leeuweriksveld - Verse lichtwortel](#)

We hebben nog steeds mooie lichtwortels.

## Week 35, 26 augustus 2026

### Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

|            |                          |
|------------|--------------------------|
| Groenlof   | 't Leeuweriksveld        |
| Pompoen    | „                        |
| Koolrabi   | „                        |
| Peterselie | „                        |
| Rode biet  | Jochum de Boer, Kimsverd |

**In week 36 verwacht:** Sla, venkel, courgette,...

### Bericht van de crowdfunding voor de hypotheek:

Week 33 schreven we erover, dat we dit jaar de rest onze hypotheek zouden kunnen aflossen en dat we hiervoor leningen zoeken. Zie de pakketbrief van week 33.

Het is dan zo mooi, dat er meteen reacties komen, van twee mensen kregen al we een aanbod voor een lening. Wil je ook meedoen, neem dan contact met ons op.

Ook is er de mogelijkheid, om een voorschot te geven op uw abonnement/boodschappen en ook daar is de spits al afgebeten.

We kregen zelfs de vraag, of er ook gedoneerd kan worden? Dat is natuurlijk ook een optie

😊 Donaties kunnen op de rekening van de ANBI stichting Driegeleding gestort worden: NL90 INGB 0003 8383 39

ovv. 't Leeuweriksveld.

Vanaf dinsdag 8 september gaat de **Michaël lees- en studiegroep** weer van start, wekelijks van 9.30 tot 11.30u verdiepen wij ons in de anthroposofie. Voor informatie, vragen of aanmelding stuur een mail naar [cvgent@hotmail.nl](mailto:cvgent@hotmail.nl). Kun je niet op dit tijdstip en zou je misschien op een ander tijdstip willen laat dit dan ook weten.

### Kiezelpreparaat roeren en uitbrengen elke derde vrijdag van de maand.

van 7 u tot ca. 9:30u. 18 September a.s. is de laatste keer dit seizoen. Graag aanmelden bij ons.

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

### **Wraps met geroosterde pompoen**

*200 g pompoen, ½ tl komijnpoeder, ½ tl gerookt paprikapoeder, 100 g maiskorrels, 200 g zwarte bonen, 1 kleine rode ui, 1 teen knoflook, 150 g (vegetarisch) gehakt, 1 el tomatenpuree, 1 tl oregano, 3 tortillawraps of taco's, verse dille of koriander, zure room, limoen- of citroensap, ½ avocado, geraspte kaas*

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Was en schil de pompoen en snijd in kleine blokjes, zo'n 1-2 cm groot.

Meng pompoen in een kom met olijfolie, komijnpoeder, paprikapoeder en zout en peper. Spreid uit op bakpapier op een bakplaat en schuif in de oven, rooster ongeveer 15 minuten.

Verhit ondertussen wat olie in een koekenpan en fruit daarin ui en knoflook heel even aan.

Voeg het gehakt toe en bak goudbruin. Voeg mais en bonen toe.

Meng de tomatenpuree met wat water en voeg ook toe. Breng op smaak met de oregano en wat peper en zout.

Verwarm de wraps.

Meng wat zure room met limoensap. Hak dille of koriander fijn en snij een avocado in blokjes.

Eventueel kun je er ook nog geraspte kaas bij serveren.

Ook lekker met een salade erbij.

### **Pasta met pompoen en peterselie**

*250 g pompoen, ½ ui, eventueel ½ el kristalsuiker, 1½ el traditionele olijfolie, 35 g tomatenpuree, 150 g spaghetti, 7.5 g verse peterselie, 50 g witte kaas, 25 g ongebrande hazelnoten*

Was de pompoen, verwijder de zaden en draderige binnenkant en snijd de pompoen in kleine blokjes. Pel en snipper de ui. Verhit olie in een pan met dikke bodem, fruit hierin de ui goudbruin. Roer de tomatenpuree en eventueel de suiker erdoor en bak 1 min. mee. Schep de pompoenblokjes door het uimengsel. Bak ze 3-4 min. al omscheppend mee. Breng het mengsel op smaak met zout en peper. Laat de pompoenblokjes met de deksel op de pan in 8-10 min. zachtjes koken. Kook ondertussen de spaghetti volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Hak de peterselie fijn, verkruimel de witte kaas en hak de hazelnoten met een keukenmachine. Serveer de pasta met de pompoensaus. Strooi er de hazelnoten, kaas en peterselie over.

### **Rode biet met gember en rozijnen**

*2 rode bieten, handje rozijnen, 1 à 2 cm verse gember, zeezout naar smaak, 2 el olijfolie*

Schil de gember en rasp of hak fijn.

Schil de bieten met een dunschiller en rasp ze op een grove rasp.

Verhit wat olie en roerbak de gember en de bietenrasp even een paar minuten.

Voeg de rozijnen toe en een klein scheutje water.

Stoof alles nog in 5 à 10 min gaar.

### **Koolrabi met gehakt en dille**

*2 koolrabi's, 200 g gehakt, 20 g zonnebloempitjes, 20 g rozijnen, verse dille, zeezout en peper naar smaak, olijfolie*

Wel de rozijnen in een klein beetje kokendheet water.

Schil de koolrabi, snij in dunne plakken en daarna in reepjes.

Roerbak het gehakt in olie zodat het in kleine stukjes uit elkaar valt.

Het gerulde gehakt uit de olie scheppen en apart bewaren.

Voeg zonnebloempitjes, rozijnen met water en koolrabi toe aan de in de pan met overgebleven olie en stoof nog, al roerende een paar minuten stoven.

Hak verse dille fijn.

Voeg het gehakt en de dille toe aan de koolrabi en breng op smaak met wat zout en peper.

### **Groenlofsalade met appel**

*½ struik groenlof, 1 appel, 1 kleine wortel, 1 kleine ui, 2 eetl. zonnebloempitten. Dressing: 1 teentje knoflook geperst, 2 eetl. citroensap of azijn, 1 eetl. sojasaus, 2 eetl. olijfolie, 1 theel. honing, scheutje sinaasappel sap, 1 theel. geraspte verse gember*

Was de groenlof goed en snijd het blad in fijne reepjes. Was de appel en snijd deze in stukjes.

Rasp de wortel grof. Pel de ui en snipper deze fijn. Klop de ingrediënten voor de dressing door elkaar.

Meng de dressing door de groenlof, appel, ui en wortel. Laat een kwartier intrekken. Rooster de zonnebloempitten in een droge koekenpan bruin. Strooi

zonnebloempitten over de salade en serveer.

### **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)

