



Techniek

Met techniek is het toch eigenlijk zo'n beetje als met onze spijsvertering: zolang alles goed gaat, merk je er niets van en is dat de gewone toestand, en als er iets mis is dan ga je het voelen.

Wat dat betreft zitten we in een enerverende week, want zowel onze computer als onze vrachtwagen hadden er geen zin meer in. En dan wordt het spannend, hoe toch het werk gedaan kan worden. Al het kantoorwerk moet ineens op één laptop gedaan worden, dus we hebben onze werkzaamheden zo eromheen verdeeld, dat iedereen zijn dingen kon doen.

Er was een backup van het pakketprogramma, maar niet alles was goed opgeslagen. Met goed speurwerk denken we dat alles nu wel goed in de lijst staat, waarmee straks de pakketten uitgedeeld worden, zodat we verwachten dat iedereen zijn goede pakket krijgt.

We hebben een leenauto opgehaald voor deze week om alle pakketten rond te brengen.

De stemming wisselt soms tussen een gevoel van paniek tot dat alles een beetje op een spel lijkt, en soms kan zo'n moment ook weer nieuwe gezichtspunten opleveren, hoe je naar de werkzaamheden op het bedrijf kijkt.

We zijn blij, als het volgende week allemaal weer op de gewone manier gaat, dan zullen we dat wel weer meer waarderen, wat de techniek zoal voor ons doet.

Kathinka.

Preparaten op 't Leeuweriksveld

Voor de vroege vogels: het kiezelpreparaat roeren en uitbrengen, telkens op **vrijdag van 7u tot plm 10u: 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

Week 36, 1 september 2025

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Kropsla	't Leeuweriksveld
Pompoen	„
Toma(a)t(jes) óf bonen	„
Koolrabi	„
Andijvie óf groenlof	„
Extraatje (laatste keer): courgette	„

In week 37 verwacht: Div. sla, paksoi, prei, waspeen, spitskool.

Lekker biologisch eten:

Kom genieten van een drie gangen **Oogst diner bij Tuinderij Mooi Weerdinge** met alles wat het seizoen te bieden heeft!

Het diner is op 6 September om 17.30u, en vindt plaats vlakbij de tuinderij in Weerdinge
Kosten €27,50,- pp (excl. drankjes). info & aanmelding: www.mooiweerdinger.nl Kay Krijnen
06-14656781

Eten wat de pot schaft op 't Leeuweriksveld

Gaat weer van start na de zomerpauze:

Woensdag 24 september 18 uur op

't Leeuweriksveld. € 25,-/pp.

Aanmelden en info bij Alberta Rollema:

info@oogstenkokeneneten.nl

Biodyneren: Diner en rondleiding op 't Leeuweriksveld

op **zaterdag 11 oktober, 16 u rondleiding, 18 u eten.**

Aanmelden en info bij Alberta Rollema:

info@oogstenkokeneneten.nl

Vredespaal op 't Leeuweriksveld

Programma zondag 21 september:

13.00 uur samenkomen, thee en koffie

Welkomstwoord (Eleonora en Wouter)

Vredesliederen

14.00 uur Onthullen van de Vredespaal door burgemeester Eric van Oosterhout

Daarna: Dansen van Universele Vrede en verder samen zijn met wat lekkers

We gaan met ons koor een aantal vredes- en vrijheidsliederen zingen bij de onthulling.

Medezangers zijn van harte welkom, om voor deze dag mee te oefenen in een

“minikoorproject”: We hebben drie repetities op de donderdagen 4, 11 en 18 september (begin 19:30). Heb je zin om mee te doen, meld je aan bij Kathinka.

Pompoensoep van de hele pompoen

1 pompoen, 1 liter water, kerrie, kurkuma, bouillonpoeder, zout en peper.

Was de pompoen en snijd het steeltje eraf en het harde stukje eruit aan de onderkant. Doe 1 liter water in een pan, de pompoen kan er in haar geheel bij en breng aan de kook. Laat een klein uurtje zachtjes koken. Haal de pan van het vuur en zet de staafmixer in de gehele pompoen. Maal alles fijn. Leg een fijne zeef op een pan en zeef de pompoensoep. Nu houd je een mooie cremige soep over. Zet nog even op een zacht vuurtje en roer er kerrie, kurkuma, bouillonpoeder, zout en peper door.

Sla met mango en pecannoten

1 krop sla, 1 rijpe mango, 20 gram pecannoten, 2 el mayonaise, 1 el olijfolie en 1 el azijn, zout en peper.

Was de sla en laat uitlekken. Scheur de bladeren in stukken. Schil de mango en snijd in blokjes. Snijd de pecannoten in twee of drie stukjes. Meng de mayonaise met de olie, azijn, zout en peper tot een geheel. Meng alle ingrediënten doorelkaar.

Romige koolrabi

1 of 2 koolrabi's, half bakje crème fraîche of soja cuisine, 1 eetlepel tomatenpuree, zout en peper, platte peterselie, klontje roomboter.

Schil de koolrabi en snijd in plakken of blokjes. Kook gaar in een bodempje water (ca 10 minuten). Laat uitlekken. Doe de roomboter in de pan, verhit op een laag vuurtje. De tomatenpuree kan erbij met de crème fraîche. Blijf roeren. De uitgelekte koolrabi kan erbij met wat zout en peper. Serveer met fijngesnipperde peterselie.

Bonen met citroen-kruidentaus

4 ons bonen, 35 gr roomboter, 2 tl bloem, 1,5 dl groentebouillon, 3 el droge witte wijn, 3 el room, 2 el fijngehakte tuinkruiden (rozemarijn, tijm, dragon, salie), 1 el citroensap, geraspte schil van 0,5 citroen, zout en peper.

Kook de bonen 10 minuten in een bodempje water met zout. Giet ze af en zet even apart. Smelt de boter en strooi de bloem erbij en verhit dit al roerende gedurende 1 minuut. Neem de pan van het vuur en doe er beetje bij beetje de bouillon en witte wijn bij. Breng weer aan de kook en maak er al roerend een saus van. Haal de pan weer van het vuur en voeg de room, de fijngehakte tuinkruiden, het citroensap en rasp toe. Maak op smaak met zout en peper. Doe de bonen erbij en schep goed om.

Ovenschotel met tomaat en courgette

2 courgettes, 500 gram tomaten, 1 el tomatenpuree, 2 tenen knoflook, 2 el olijfolie, 1 tl zoet (suiker, siroop), 2 el basilicum, 1 bol mozzarella, zout en peper.

Snijd de courgettes in plakjes meng ze met een klein beetje zout en zet apart. Was de tomaten en snijd het kroontje eruit en in stukken. Doe de tomaten, de puree, de gesnipperde knoflook, het zoet en de fijngehakte basilicum in een pan, kook tot de helft is verdampt (ca 20 minuten) en breng op smaak met zout en peper. Verwarm de oven voor op 180 graden. Droog de plakjes courgettes in een theedoek en bak de plakjes in olijfolie. Snijd de mozzarella in dunne plakjes. Pak een ovenschaal en maak laagjes; courgetteplakjes, tomatensaus, mozzarella. Eindig met courgettes. Bak 45 minuten en garneer met basilicumblaadjes.

Paksoi roerbakken met koriander en komijn

1 paksoy, 1 puntpaprika, 1 thlpl koriander, 1 thlpl komijn, 2 el ketjap of 1 theelepel miso of 1 theelepel trassi, 1 ui, kokosolie of olijfolie.

Snipper de ui en fruit goudbruin. Snijd de rode puntpaprika in kleine stukjes (de aanhechting en zaaddoosjes kunnen weg) en fruit mee. Was de paksoi en snijd in reepjes. Doe erbij in de pan en voeg de kruiden toe. Zo'n 10 minuutjes roerbakken. Lekker met kip of tofu en rijst.

Sperziebonen met kokosmelk

400 gram sperziebonen, 1 el olie, 1 ui, 1 teen knoflook, snuf kurkuma, 0,5 theelepel sambal, 40 ml kokosmelk, 1 eetlepel gedroogde kokos, 25 gram ongezoeten pinda's, peper en zout

Kook de sperziebonen in 10 minuten gaar (aanhechting eraf, puntje mag blijven). Snipper de ui en fruit in olie. Doe de knoflook, kurkuma en sambal erbij, fruit even mee. Nu kan de kokosmelk erbij. Breng op smaak met zout en peper. De sperziebonen mogen erbij. Laat inkoken tot een saus. Strooi de geraspte kokos en de pinda's erover bij het serveren.

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

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

