



Week 38, 19 sept 2018

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Groene bataviasla	't Leeuweriksveld
Spinazie	„
Paksoy	„
Peen	„
Tomaten óf suikermais óf bonen	„

Week 39 verwacht: Raapjes, ijsbergsla, rucola of radijs, ...

Preparatendag Op zondag 30 september a.s. maken we weer preparaten. Van 14 tot ca. 17u, daarna eten we soep met brood. U bent van harte welkom als u mee wilt doen!

Oogstfeest op 't Leeuweriksveld

Op 6 oktober a.s. organiseren we weer een oogstfeest op 't Leeuweriksveld. Gedurende de hele dag mag u zelf oogsten van de vele groenten die we telen, en het geoogste meenemen voor de halve prijs.

Op het erf staat de appelsap-pers, als u appels in de tuin heeft kunt u ze eventueel laten persen tot lekker sap. Aanmelden bij Anneke van Berkum, tel. 0524-550715 of anneke@andri.nl.

Ook staan er diverse kraampjes met leuke, lekkere, heilzame en/of interessante zaken, zoals Drentse Aa-zuivel, OKeE, de Pomologische vereniging, imkerij de Iemhof, Banyan centrum Sleen, Bakhuus Tilly Braams met brood, banket en snacks, en een heuse b.d.boer die b.d.burgers bakt (vlees/vegan). **Zat. 6 oktober van 10-16u.**

Agenda OKeE

Ayurvedisch koken Workshop met lezing door Liesbeth Damman en praktijk (samen koken) met ayurvedische recepten. 22 sept, 15.00 - 19.00 uur. € 39,50.

Eten wat de pot schaft 26 sept, 18.00 - 19.15 uur € 12,50

Opgave tot twee dagen tevoren, incl evt dieetwensen.

Aanmelden via info@oogstenkokeneneten.nl of 0619199934, Alberta Rollema

Oogsten en markten

De laatste twee weken stonden vooral in het teken van oogsten. Op de boerderij zijn de pompoenen geoogst, de schuur staat nu vol met grote kisten oranje, groene en butternut-pompoenen, een mooi gezicht. In de koeling staat al de helft van de aardappeloogst, de andere helft zit nog in de grond, om geoogst te worden. We hebben van de fruitteler Jaap v.d. Vorm uit Valthermond al een partij sap-appels gekregen, die klaarstaat voor 6 oktober. En natuurlijk gaat het oogsten voor de wekelijkse pakketten, bestellingen en de winkel ook gewoon door, en in deze tijd van het jaar is dat heel veel. Nog de mooie zomergroentes zoals de verschillende soorten bonen, tomaten, komkommers, de bladgewassen groeien nog mooi door, nu de dagen weer korter worden, hebben we ook weer spinazie van eigen land. Suikermais, spitskool, knolselderij, pompoenen, dat is al weer wat herfstiger.

Ook de dorpen en wijken vieren dit seizoen graag met een oogstmarkt. Wij hebben de afgelopen twee weekenden op drie verschillende markten gestaan.

In Zuidbarge was een goed gevulde markt, veel kramen, veel publiek, mensen, die nu echt eens een keer langs willen komen in onze winkel. In Nieuw Amsterdam stonden we op "Smakelijk Erf". Een klein markt met een aantal kramen van ondernemers uit de regio. Niet zo heel veel bezoekers, wel gezellige sfeer. En tenslotte "Oer-Orvelte". Daar komen vooral bezoekers uit het hele land, en we hadden zoveel mogelijk minder bekende groentes mee, zoals snijbiet, aardperen, raapjes, pastinaken, groenlof en palmkool. Onze Warmonderhofstagiaire en een klant met de helpende hand hebben ons daar mooi vertegenwoordigd, zodat we het allemaal wel goed konden doen. Maar we weten het nu ook weer nog meer te waarderen, dat we niet elke week een markt op- en af moeten bouwen, maar dat de producten, die we leveren, ook allemaal door de klanten besteld zijn, en dat we de gezellige sfeer van de boerderijwinkel hier op het erf hebben.

Gekarameliseerde worteltjes met honing en peterselie

400-500 gr wortels, 30 gr boter, 1-1½ theel honing, 100-150 ml groentebouillon, zout, peper, 1-1½ eetl fijngesneden peterselie
Schil de worteltjes met een dunschiller. Smelt de boter en roer de wortels erdoor. Warm de ze even zonder ze te laten kleuren. Schenk de honing over de wortels en schep alles goed om. Schenk de bouillon erbij en laat de wortels met het deksel op de pan 5-8 min zachtjes stoven tot ze bijna beetgaar zijn. Verwijder daarna het deksel en laat al roerend op hoog vuur het vocht verdampen. Het honing-boterlaagje om de worteltjes gaat wat karameliseren. Breng de wortels op smaak met zout, peper en peterselie.
Bron: www.libelle.nl

Lauwarme spinaziesalade met mosterddressing

bijgerecht voor 2 personen
½ sinaasappel, 1 eetl (Zaanse) mosterd, 3 eetl olijfolie extra vierge, 300 gr spinazie, 15 gr amandelen
Was de spinazie goed in ruim water en snijd de spinazie in reepjes. Pers de halve sinaasappel. Hak de amandelen grof.
Kook het sinaasappelsap in een wok tot de helft in. Klop de mosterd en de olijfolie erdoor en voeg zout en peper naar smaak toe. Doe de spinazie bij het wokmengsel en schep erdoor. Verwarm alles 1 minuut en doe de iets geslonken spinazie met de dressing over in een schaal. Rooster de amandelen in een droge koekenpan en strooi ze over de salade.

Spaghetti met paksoi

hoofdgerecht voor 2 personen
1 struik paksoi, 1 ui, 2 teentjes knoflook, 2 tomaten, 150 gr spaghetti, 3 eetl. tomatenpuree, 2 eieren, een scheutje (zonnebloem)olie, peper en zout, bieslook en/of peterselie naar smaak
Kook de eieren in 10 minuten hard. Pel de ui en de knoflook en snijd deze fijn. Snijd de tomaten in stukjes. Was de paksoi en snijd deze in reepjes. Fruit de ui met knoflook in olie en voeg er dan de paksoi en stukjes tomaat bij. Laat het mengsel 15 min. zachtjes stoven en voeg daarna de tomatenpuree erbij. Kook ondertussen de spaghetti gaar. Pel de gekookte eieren, snijd ze in stukken en meng die door het paksoimengsel. Breng de paksoi op smaak met peper en zout. Dien de spaghetti op met het paksoimengsel erover en strooi er verse bieslook en/of peterselie over.

Sla met paprika, gorgonzola en croutons

bijgerecht voor 2 personen
1 krop sla, 1 paprika, 100 gr gorgonzola, 3 eetl olijfolie, 1 eetl rode wijnazijn, mespuntje mosterd, zout, peper, 3 sneetjes brood, boter
Was en droog de sla en scheur in kleine stukken. Was de paprika, verwijder de zaadlijsten en snijd in blokjes. Snijd de gorgonzola in blokjes. Roer in een kommetje een dressing van olie, azijn, mosterd, zout en peper. Doe de sla in een kom en verdeel er de paprika en gorgonzola over. Sprengel de dressing over de salade. Besmeer de sneetjes brood met boter en snijd ze in blokjes van 1 bij 1 cm. Bak de croutons in een koekenpan aan beide kanten krokant en lichtbruin. Garneer de salade met de warme croutons en serveer direct.

Spaanse sperziebonen

2 personen
Bijgerecht voor 2 personen
300 gr sperziebonen, 1 eetl olijfolie, 1 ui, ½ rode paprika, 1 klein teentje knoflook, 1½ zongedroogd tomaatje, ½ citroen, 50 gr verse roomkaas, 5 zwarte olijven zonder pit, zout, peper
Pel en snipper de ui. Snijd de paprika in blokjes van ½ cm. Pel het teentje knoflook en hak het fijn. Snijd de zongedroogde tomaatjes in heel smalle reepjes. Pers de citroen uit en vang het sap op. Snijd de roomkaas in blokjes van ½ cm. Halveer de zwarte olijven.
Was de sperziebonen en snijd ze in stukjes van 3 cm. Blancheer ze 5 minuten in ruim kokend water met wat zout, giet ze af en laat ze uitlekken. Verhit de olie in de wok en roerbak de ui, paprika en knoflook ca. 3 minuten.
Voeg de sperziebonen en tomaatreepjes toe en breng het mengsel op smaak met zout, peper en citroensap. Laat het gerecht 4 minuten pruttelen. Warm de kaas en olijven even mee.
NB: dit recept kan ook met spekbonen of snijbonen (in stukjes gesneden).
Bron: www.okokorecepten.nl / kookboek: "Kook ook – Wok"

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

info@leeuweriksveld.nl www.leeuweriksveld.nl

Triodosbank: NL60 TRIO 0212 3737 65 tnv.
't Leeuweriksveld, Emmen

