



Een goed gevulde week

De aardappels zijn nu volledig gerooid. Bijna de eerste helft werd samen met de schoolklas geoogst en de tweede helft ging in een paar uurtjes met hulp van een collega boer, die er even met zijn grote rooimachine overheen reed.

De grasklavervelden aan de Wilhelmsweg zijn nog een keer gemaaid en hebben nog vier balen wintervoer voor de koeien opgeleverd, met een paar warme droge dagen is het gras nog mooi gedroogd.

We zijn begonnen, onze kapschuur een keer grondig op te ruimen. Eerst van alles naar buiten zetten, stellingen bouwen aan de achterkant en dan alles wat we willen houden er ordelijk weer inzetten., dat geeft letterlijk en figuurlijk lucht.

Afgelopen zondag hebben we weer met een mooie groep mensen een aantal biologisch dynamische preparaten gemaakt. Wat doen we daar? Ervan uitgaande, dat alle stoffen op aarde ook een onstoffelijke/energetische/wezenlijke kant hebben, die zich kan verbinden met de hele kosmos, willen we met de preparaten deze kracht van verbinding ondersteunen. De preparaten zijn dan een soort kleine compostjes van plantaardige en dierlijke ingrediënten, die we op de dag vers maken, en die dan ½ jaar in de grond composteren, dan zijn ze klaar.

En dan was er natuurlijk nog de

hypotheekactie.

En ja hoor: deze actie is geslaagd! De laatste weken werd onze bankrekening steeds voller, en op 1 oktober wordt dan de hypotheek volledig afgelost.

We zijn iedereen heel erg dankbaar, voor de financiële kant, maar ook voor het vertrouwen, wat jullie ons geven.

Iedereen, die bij ons de producten koopt, helpt natuurlijk mee, om goede landbouw mogelijk te maken, maar omdat de prijs van onroerend goed nog steeds niet zomaar met de opbrengst van landbouw opgebracht kan worden, doen we dit soort acties ernaast. Zodat onze opvolgers zonder deze last kunnen beginnen. Mooi om dat zo samen te doen.

Kathinka.

Week 40, 30 september 2026

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Palmkool óf groenselderij 't Leeuweriksveld

Suikermais „

Raapstelen „

Andijvie „

Rode biet „

In week 41 verwacht: Groenlof, groene kool, peen, prei, ...

Biodyneneren

17 oktober 16 u rondleiding, 18 u eten

Een rondleiding over het erf en de akkers en daarna kunt u aanschuiven voor een lekkere maaltijd. Er zijn nog plaatsten vrij, dus als je nog wat meer van onze boerderij wilt zien (en proeven 😊) dan meld je aan bij ons.

Nieuw: we hebben nu ook een traplift naar de zolder.

Graag aanmelden via info@leeuweriksveld.nl of tel:0591-381445.

Studiegroep 'Kernpunten van het sociale vraagstuk'

Vanaf 2 oktober a.s. gaan we op 't Leeuweriksveld het boek *De kernpunten van het sociale vraagstuk* van Rudolf Steiner weer eens bestuderen. Het belang en de grote actualiteit van dit boek zijn m.i. niet te overschatten. Het beschrijft hoe mensen in deze tijd gemeenschappen kunnen vormen, zó, dat we onszelf daardoor in staat stellen onze sociale problemen telkens opnieuw werkelijk op te lossen. Deze keer bestuderen we de *Kernpunten* in het kader van een studiegroep van de Christengemeenschap.

Iedere belangstellende is van harte welkom, meer info en aanmelding bij Marchien Truin, mbtruin@outlook.com of via 't Leeuweriksveld..

Geroosterde maiskolf

bijgerecht voor 2 personen

2 maiskolven, 25 gr boter of margarine, zout

De oven voorverwarmen op 200°C. Van de maiskolven bladeren en draden verwijderen. Besmeer de maiskolven met de helft van de boter. Wikkel elke maiskolf in een stukje aluminiumfolie. De pakketjes op een rooster in het midden van de oven leggen en in 30-40 min. gaar bakken. De maiskolven uit de oven nemen en de pakketjes openvouwen. De kolven met de rest van de boter besmeren. De oven op de hoogste stand zetten en de maiskolven terug in de oven zetten. Op het rooster bovenin de oven in 5-10 min. goudbruin roosteren, de kolven af en toe keren. Kolven uit de oven nemen en met zout bestrooien. Voor een pittige versie: meng ¼ theel cayennepeper door de boter.

Stampapot met appel en groenselderij

bijgerecht voor 2 personen

500 gr vastkokende aardappels, 1 struik groenselderij, 1 appel, 50 ml melk, 15 gr boter,

25 gr walnoten

Schil de aardappels, snijd ze in stukken en kook ze in water met zout ca. 20 minuten. Snijd de selderij (ook het blad) in stukjes van ½-1 cm en kook deze in water met zout 2 minuten. Was de appel, verwijder het klokhuis, snijd de appel in kwarten en deze in dunne schijfjes. Hak de walnoten grof. Verhit de melk en voeg dit samen met de boter bij de aardappels. Stamp de aardappels tot een grove puree met een pureestamper en schep er de groenselderij, de appel en de walnoten door. Breng op smaak met peper en zout. Lekker met gebakken vis.

Groentequiche met andijvie

bijgerecht voor 2 personen

4 plakjes bladerdeeg, een kleine krop andijvie of ½ grote krop, 2 eieren, 100 gr blauwe kaas of geitenkaas, ½ theel. tijm, zout en peper, olie om in te bakken en om mee in te vetten, evt. 150 gr cherrytomaatjes

Ontdooi het bladerdeeg. Verwarm de oven voor op 225°C. Vet een springvorm in en bekleed deze met bladerdeeg. Naden goed aandrukken. Was en snijd de andijvie. Verhit een scheut olie. Voeg de andijvie beetje bij beetje toe en laat ze al roerend slinken. Roerbak de groente een paar minuten en haal ze van het fornuis. Roer de eieren, kaas en tijm erdoor. Breng het mengsel op smaak met zout en peper. Schep het in de taartvorm en strijk

het glad. Evt. tomaatjes wassen, kroontje verwijderen, over de quiche verdelen en half in de groente drukken. Quiche in 30-35 min. in de oven goudbruin bakken. Lekker met nieuwe aardappels en een salade. De quiche smaakt koud ook lekker.

Rode bietensalade met ui en appel

bijgerecht voor 2 personen

400 gr rode bieten, 2 uien, 1 appel, 1 pakje rooktofu, 1 theel. komijn, olijfolie

Bieten gaar koken in ruim water. Afhankelijk van de grootte van de bieten duurt dit 30 tot 60 min. Tofu in blokjes snijden en op een laag vuur in 20 à 30 min. krokant bakken in olie. Komijn roosteren in een droge koekenpan totdat de zaden licht bruin kleuren en lekker ruiken. Ui pellen, op de wortelkant neerzetten en halveren. Beide helften met de lijnen van de ui mee in smalle partjes snijden. Ui fruiten in olie. Appel in kleine stukjes snijden. Bieten af laten koelen, schillen, in kleine blokjes snijden en samen met de appel toevoegen aan de uien. Tofu en komijnzaad door het bietenmengsel scheppen. Lekker met gierst of couscous.

Raapstelensoep met ei

bij- of hoofdgerecht voor 2 personen

1 ei, 1½ bosuitje, 1 middelgrote aardappel, 15 gr boter, 500 ml tuinkruidenbouillon (van tablet), 1 bosje raapstelen

Eieren in 6-7 min. net hard koken. Bosuitjes schoonmaken en in ringetjes snijden. Aardappel schillen en in kleine blokjes snijden. Worteltjes van de raapstelen snijden en ze in ruim water wassen. Een paar raapstelen achterhouden voor garnering, rest grof snijden. In een (soep)pan boter verhitten. Bosuitjes en aardappelblokjes 2 min. zachtjes bakken. Bouillon toevoegen, aan de kook brengen en op laag vuur ca. 10 min. laten koken. Gesneden raapstelen 3-4 min. in soep laten meekoken. Ei pellen en in plakjes snijden. Soep met staafmixer of in keukenmachine pureren. Op smaak brengen met zout en peper. Soep in twee diepe borden scheppen en garneren met plakjes ei en raapstelen. Lekker met toast en boter.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

