



Herfstdagen

Het is nog mooi warm de laatste dagen, zodat het best aangenaam is, om buiten op het land te werken. In de ochtenden is er vaak mist en dan blijft het altijd spannend, wanneer de zon er bovenuit stijgt. Dan komt mij dit gedicht in de zin:

Im Nebel ruhet noch die Welt,
Noch träumen Wald und Wiesen,
Bald siehst Du wenn der Schleier fällt
Den blauen Himmel unverstellt
Herbstkräftig die gedämpfte Welt
In warmem Golde fließen.

Eduard Mörike

De wereld rust in de nevel
Woud en weiland dromen nog,
Al gauw zie je wanneer de sluier valt
De blauwe hemel
Die nu herfstkrachtig de gedempte wereld
In warm goud laat vloeien.

Nou ja zomaar een vrije vertaling...
Het gedicht is geschreven voor de september,
maar toen hadden we dit jaar nog niet echt nevel.

Kathinka.

Week 42, 19 oktober 2022

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Div. sla (meest rode eik) 't Leeuweriksveld

Andijvie

”

Regenboogsnijbiet

”

Waspeen

”

Boerenkool

”

Volgende week verwacht:

Veldsla, prei, palmkool, raapjes, groenselderij.

Agenda op onze zolder:

Eten wat de pot schaft:

Woensdag 26 oktober, 18 uur, € 17,50

Aanmelding een info bij Alberta Rollema [in-fo@oogstenkokeneneten.nl](mailto:info@oogstenkokeneneten.nl)

06-19199934

Workshop fermenteren

Op 't Leeuweriksveld op de volgende **zondagen:**
23 oktober, 20 november van 13- 17 uur. €

49,95 voor een workshop

Aanmelding en info bij Mina Bahnini, info@habous-shopping.com of 06-15396114

Seminar met Heidjer Reetz en Wouter Kamp-huis

Het begint al een traditie te worden, de seminars op 't Leeuweriksveld. Aan de hand van een brandactueel thema gaan we samen aan de slag met het oefenen in denken met je hart. Het volgende seminar is in het weekend van 28 t/m 30 oktober. Neem contact op voor meer info!

Lezing vrij!

woensdag 2 november 19.30 op 't Leeuweriksveld, door Kees van de Water en Miranda Slob.

Vrijheid als basis van het menszijn. Daarbij kan de vraag ontstaan, of wij er voor de overheid zijn, of de overheid voor ons?

Bijdrage: 15 euro per mens of naar draagkracht

Aanmelden: Mail naar info@vrijekees.nl

Graag vermelden: aanmelding Lezing **vrij!** Emmen en aantal mensen.

www.vrijekees.nl

MantraDans - Dansen van Universele Vrede.

Mantra's in beweging, altijd met life muziek.

Data: 27 november, 11 december

Info en aanmelden bij Eleonora etmhelder-man@gmail.com 06-18887523

Plaattaart met feta & snijbiet

1 rol/pak bladerdeeg, 2 knoflookteentjes, 250 gram snijbiet, 250 gram crème fraîche, 2 sjalotjes of 1 ui, 150 gram feta, 100 gram geraspte kaas, peper & zout, optioneel: olijven en extra kruiden als topping

Verwarm de oven voor op 200 graden. Rol het bladerdeeg uit op een met bakpapier beklede bakplaat. Verdeel over de bakplaat. Prik het binnenste vierkant in met een vork. Dit voorkomt dat het deeg veel rijst tijdens het bakken. Bak de bodem van de plaattaart 10 minuten voor in de voorverwarmde oven. Verhit intussen in een pan wat olie. Voeg fijngesneden knoflook toe en na een minuutje ook de snijbiet totdat deze geslonken is. Laat dit snijbiet-mengsel goed uitlekken. Indien de snijbiet nog steeds een beetje grof is: knip nog wat fijner met een keukenschaar. Maak de sjalotjes schoon en snijd deze in dunne ringen. Indien je olijven wilt toevoegen: laat ze even uitlekken en halveer ze in kleinere plakjes. Haal de plaattaart uit de oven en besmeer de bodem van het deeg na het voorbakken met de crème fraîche en laat de randen hierbij vrij. Verdeel hier de in knoflook gebakken snijbiet, de sjalotringen en de gehalveerde olijven over. Breng de taart alvast op smaak met wat grove zwarte peper & zout. Breek de feta boven de plaattaart en verdeel dit samen met de geraspte kaas over het geheel. Bak de plaattaart nog eens 20 minuten in de voorverwarmde oven.

Omelet met gestoofde boerenkool

Ongeveer de helft van de boerenkool uit het pakket, 1 ui in ringen, 1 eetl sojasaus of tamari, 1-2 eetl olijfolie, evt. water, 2 eieren

In een grote pan olie verhitten. Ui toevoegen en 5 min aanfruiten. Kleingesneden boerenkool en evt. water toevoegen. Op een laag vlam met deksel erop 5 min koken. Kool omscheppen. Sojasaus toevoegen en nog 40 min koken, af en toe omscheppen. Eieren loskloppen, toevoegen en gaar laten worden.

Andijviesalade met tahindressing

Favoriet bij fam. Kamphuis.

1 krop andijvie, 3 eetl. tahin (sesampasta), 1 eetl milde olijfolie, scheutje balsamicoazijn, water, zout. Beetje gesnipperde ui of enkele stengel bosui, kleingesneden.

Meng de tahin met de olijfolie. Voeg langzaam onder roeren water toe, tot het een beetje vloeibaar word. Breng op smaak met azijn en zout. Doe de ui erbij. Was de andijvie en snij de

bladeren mooi fijn. Meng de andijvie onder de dressing.

Spaghetti met wortel-knoflooksaus

200 gr spaghetti, 200 gr wortelen, 1 ui, 2 teentjes knoflook, olie, peper, zout, 1 dl yoghurt, 25 gr geraspte Parmezaanse kaas

Maak de wortelen schoon en rasp ze. Pel de ui en knoflookteentjes en snipper deze fijn.

Kook de spaghetti volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking. Verhit de olie in een pan en fruit hierin de ui en knoflook. Voeg de geraspte wortel toe en laat deze 5 minuten meebakken. Roer er wat peper en zout en de yoghurt door en laat dit 5 minuten stoven. Giet de spaghetti af en roer er de wortel-knoflooksaus door. Bestrooi het met geraspte kaas.

Stamppot sla

1½ kg aardappelen in stukken, 250 g spekjes in dobbelsteentjes of gerookte tofu in blokjes, 1 krop sla, 500 ml melk, 25 g boter, 1 mespunt nootmuskaat

Breng de aardappelen in een pan met een bodempje water aan de kook en kook ze in 20 minuten met het deksel op de pan gaar. Bak intussen de dobbelsteentjes spek of blokjes tofu. Verwijder de lelijke bladeren van de sla, was de groente goed, dep de bladeren droog en snijd ze fijn. Breng de melk aan de kook. Giet de aardappelen af en stamp ze met de boter, ½ theelepel zout, de nootmuskaat en de gekookte melk tot een smeùige puree. Roer er dan de sla door en warm het gerecht nog even op (niet te lang, want dan wordt de sla half gaar en dat is niet lekker). Schep de stamppot in een schaal en schenk ten slotte de spekjes/ tofu met het vet erover.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

