't Leeuweriksveld

Naast het boerenwerk

De meeste tijd van de week zijn we met het dagelijkse werk op de boerderij bezig, oogsten, dieren verzorgen, het werk in de winkel, met de pakketten, klussen die aanvallen, muzieklessen, eten en slapen. Dan is de week al goed gevuld.
Zo nu en dan zijn er bijzondere momenten, die even heel anders zijn.
Afgelopen zaterdag waren we bij een afscheidsviering van een overleden kennis. Het was al bijzonder, hoe we hem een aantal jaren geleden hebben leren kennen: ik was in Meppen (D) aan het wachten op de bus naar Emmen, en er was ook een oudere meneer aan het wachten. We raakten aan de praat en het bleek, dat we dus allebei op onze manier in de biologische sector bezig waren. (hij had in zijn werkzame leven in de biologische handel gewerkt). Hij was zeker net zo eigenwijs als wij en het meest bijzonder was, dat hij helemaal geen computer/internet had en ook geen telefoon. Dus als we met elkaar af wilden spreken, dan ging dat per post. Hij kwam zo nu en dan op bezoek bij ons, we aten samen, hadden diepzinnige gesprekken, hij kon heel goed duidelijk maken, als hem iets beviel, of dus niet beviel, dat kreeg je dan ook onopgesmukt te horen. Hij was ook enthousiast over onze stichting en heeft bij de crowdfundingsacties graag gedoneerd. Dit jaar is hij in de zomer overleden. Zijn zoon had nu een afscheidsviering georganiseerd. We gingen dus naar Arnhem naar de "Loopvisserij". We kenden daar niemand, en wisten ook niet, wat er zou gebeuren. En dan maak je zo van die momenten mee, waar je helemaal vervuld op terugkijkt. Het was een mooie, 'warme' bijeenkomst, we hebben samen gegeten, muziek geluisterd, gezongen, verhalen gehoord, foto's gekeken en een filmpje van een man gekeken, die een indrukwekkende bijna-dood-ervaring heeft gehad. Samenvattend zeg ik: het is altijd zo makkelijk, om te zien, waar we allemaal tekort aan hebben, en het is zo zalig, als dat even wegvalt, en de dankbaarheid overblijft.

Kathinka.

Week 45, 4 november 2026

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Spruiten	't Leeuweriksveld
Groenlof	,,
Pompoen oranje	,,
Groenselderij	,,
Paprika	Vahl, IJsselmuiden

In week 46 verwacht: Gele bietjes, spitskool,….

Van de Rudolf Steiner lees- en studiegroep:
Vanaf dinsdag 10 november starten we weer met een nieuw boek. Wekelijks van 9:45 tot 12:00uur bij een van de groepsleden thuis. Dit keer verdiepen we ons in de wereld van de Natuurwezens. (Uitg Vrij Geestesleven ISBN 90-6038-253-6)
Voor informatie, vragen of aanmeldingen stuur een mail naar ancmschuurmans@gmail.com

'Kook het seizoen Herfst' op 21 november op 't Leeuweriksveld
Heb je zin om samen te koken en daarna te genieten van een heerlijk diner met seizoensgroenten uit november? Geef je dan op voor de Velt-workshop Kook het seizoen 'herfst' op t Leeuweriksveld. Het begint om 14.30 uur, rond 19.30 is het klaar en hebben we genoten van onze zelfgemaakte gerechten. De kosten zijn € 37,50, voor Velt-leden zijn de kosten € 32,50. Aanmelding kan via ecovangrondtotmond@velt.nu. Meer informatie over de workshop staat op de website van Velt

Voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Groenlof à la Kamphuis
1 groenlof, 3 eieren, 150g kaas (bv extra belegen) beetje olie, zout en peper
Snijd de groenlof in fijne reepjes. Doe een beetje olie en een scheut water in een ovenschaal en leg de gesneden groenlof erin. Kluts de eieren in een kom, rasp de kaas en meng met de eieren, breng op smaak met zout en peper. Doe het ei-kaas-mengsel over de groenlof, druk het een beetje erdoorheen, maar zorg dat de groenlof zoveel mogelijk bedekt blijft. Bak in een oven van 180°C ca 20 minuten.
Dit recept kan ook prima met andijvie gemaakt worden.

Kerriesoep met paprika en bosui
Bijgerecht voor 2 personen
750 liter groentebouillon, 1 rode paprika, 1½ middelgrote aardappel, 1 stengel bosui, 1 kleine ui, 1 klein teentje knoflook, 65 gram kleine pasta, 2 theel. kerriepoeder, ½ theel. kurkumapoeder, ½ thee. paprikapoeder, peper en zout, zonnebloemolie
Pel de ui en knoflook en snijd ze in grove stukken. Schil de aardappels en snijd ze in blokjes. Snijd de paprika fijn. Was de bosui en snijd deze in ringetjes. Verwarm olie in een soeppan en bak de ui 5 minuten zachtjes. Voeg knoflook toe en bak 1 minuut mee. Bak dan de aardappel 5 minuten mee, onder regelmatig omscheppen. Voeg het paprika-, kerrie- en kurkumapoeder toe en bak 1 minuut al omscheppend mee. Voeg de groentebouillon toe, breng aan de kook en laat 5 minuten koken. Pureer met een staafmixer. Voeg paprika en pasta toe en kook tot de pasta gaar is. Voeg dan de ringetjes bosui toe en kook 1 minuut mee. Voeg naar smaak peper en zout toe. Lekker met stokbrood met kruidenboter.

Spruitjes in mosterdboter
bijgerecht voor 2 personen
600 gr spruitjes, 30 gr boter, 3 theel. grove mosterd, 2 theel. honing
Snijd de onderkant van de spruitjes, verwijder losse blaadjes en was de spruitjes. Kook de spruitjes 10 minuten tot ze beetgaar zijn. Doe boter, mosterd en honing in een steelpan op laag vuur en roer om de boter te laten smelten. Voeg de spruitjes toe en schep om tot alles goed is vermengd en doorgewarmd. Schep ze in een schaal en serveer meteen.

Pompoen-bonenschotel
bijgerecht voor 2 personen
½ grote pompoen of 1 kleine pompoen, 2 eetl. tomatenpuree, 350-500 gr gekookte (zwarte) bonen, 3 teentjes knoflook, 2 theel. gemalen komijn, 1 theel. (of meer) chilikruiden, ½ theel. gemberpoeder, peper en zout, 100 gr harde (geiten)kaas, 2 eetl. crème fraîche
Was de pompoen en verwijder eventueel lelijke plekjes van de schil. Verwijder de pitten en snijd de pompoen in grove stukken. Breng de pompoen met water aan de kook en kook het in ongeveer een kwartier gaar. Pel intussen de knoflook en snijd deze heel fijn. Snijd de kaas in kleine stukjes. Giet de pompoen af en vang het kookvocht op. Roer of stamp de pompoen met wat kookvocht tot een smeuïge puree. Voeg gekookte bonen, tomatenpuree, komijn, chilipoeder, knoflook, gember, peper en zout toe. Roer alles door elkaar tot een mooie dikke puree. Meng de kaas op het laatst door de saus. Serveer het gerecht met een flinke eetlepel crème fraîche er bovenop. Geef er vers afgebakken brood of een gekookte graansoort als rijst of gierst bij. Variatie met maïs: Voeg gekookte suikermaïskorrels toe aan dit gerecht om het gevulder en feestelijker te maken.

Waldorfsalade met groenselderij en appel
1 appel, 1/2 stronk groenselderij, 150 g druiven, 1 tl karwijzaad, 1 dl goede mayonaise, 50 g walnoten, wat hele walnoten, peterselie, peper en zout
Snijd de appel in fijne stukjes. Snijd de selderij in dunne plakjes en halveer de druiven. Besprenkel met wat citroensap. Hak de walnoten grof . Hak de peterselie fijn. Rooster het karwijzaad een minuutje in een droge koekenpan. Mix alle ingrediënten, behalve de hele noten, en roer de mayonaise erdoor. Bestrooi met peper en zout naar smaak en wat hele walnoten.

Wouter en Kathinka Kamphuis
Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen
0591-381445
info@leeuweriksveld.nl
www.leeuweriksveld.nl