



Knolselderij

Bij het lezen van de biologisch-dynamische landbouw cursus kwamen we een stukje over wortels tegen. Ook weer een stukje omdenken waar je merkt, dat alles in een veel groter verband met elkaar staat. Je hebt wortels, die sterk vertakken en alle kanten opgroeien. Die zijn vooral verbonden met de aardse krachten en de kosmos in de buurt van de aarde. Kompakte (knollen) wortels danken hun vorm aan de krachten uit de verre kosmos (bv de planeten die boven de zon staan). Dunne wortels zijn inderdaad vaak taai en vooral goed in om een plant vast op de aarde te houden, grotere knollen zijn dus vaak onze wortelgroentes, kleurig, geurig en smaakvol. Nu heeft de knolselderij geen bijzondere kleur, maar is toch echt een smaak- en geurbonk! Die heeft toch aardig wat kosmos in zich zitten.

Deze week hebben we alle knolselderij van het land geoogst, want met de vorst in aantocht kan die beter de bewaring in. Dit jaar is de oogst groot. Heel veel grote knollen, ja, vorig jaar waren ze te klein, nu dan eerder té groot (het is ook nooit goed...) Maar toen bedacht ik me, dat je in Duitsland "Suppengrün" (soep-groen) kan kopen, een bundeltje met groentes om bouillon van te trekken en daar zit meestal ½ knol selderij bij, die is prima een aantal dagen houdbaar. Zodoende gaan we nu ook helften van knolselderij aanbieden, als u het besteld wordt die vers doormidden gesneden en hoeft u niet een hele grote knol in één keer op te eten. Na de oogst gingen we eerst een lekkere kop chocolademelk drinken om weer heerlijk warm te worden en toen waren er nog een paar beschadigde knolselderijen, die we in de keuken verwerkt hebben tot een heerlijk recept. (al zeg ik het zelf!) Dat vind u hiernaast. Waarbij we met z'n drieën dan toch weer een hele dikke knol op konden 😊

Kathinka.

Week 47, 19 november 2025

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Boerenkool	Leeuweriksveld
rode biet	„
Pastinaak	„
Stoofperen	Twisk, Dronten
Komkommer	via Udea

In week 48 verwacht: Witte óf groene kool, radicchio/groenlof, winterpostelein, ...

Op dit moment zijn er weer

Blauwe bessenstruiken te koop in onze

boerderijwinkel,

Ze zijn al goed gegroeid, met een dikke kluit.

€ 30,- per struik.

De winkel is open:

maandag	15-18 uur
donderdag	14-18 uur
vrijdag	9-17 uur
zaterdag	9-14 uur

Recept Knolselderij uit de oven

1 dikke selderijknol, (olijf)olie om te bakken, 2 theelepels venkelzaad, zout en peper

Was en schil de knolselderij en snij doormidden.

Snij hiervan schijven van ca ½ cm dik. Vet een bakblik in met olie, leg de selderij schijven erop en bestrijk deze ook met olie. Vijzel de venkelzaad fijn en strooi over de knolselderij. Strooi nog zout en peper erop en laat het in een oven bij 180°C 15-20 minuten bakken. Tussendoor de schijven even omdraaien, dan wordt het nog lekkerder.

Door het venkelzaad wordt de smaak van de knolselderij wat milder.

Gaat goed samen met rijst, aardappels of pasta met een kaassaus.

Bietjes met balsamicoazijn

4 kleinere of 2 grotere bieten, balsamicoazijn.
Verwarm de oven voor op 200 graden. Was de bieten en wikkel ze in aluminiumfolie. Leg ze in de oven voor 45 tot 60 minuten, afhankelijk van hun formaat. Haal ze uit de oven en laat ze iets afkoelen. Stroop het vel eraf en snijd ze in wigvormige stukken. Leg ze op een bord en druppel er balsamicoazijn omheen.

Rode biet met ansjovissaus

2 rode bieten, 3 ansjovissen, 2 teentjes knoflook, 2 stengels groenselderij, 4 el olijfolie.
Was de bieten en kook ze gaar in zo'n 45 minuten. Haal het vel eraf en snijd ze in reepjes. Snijd de ansjovissen in stukjes. Pel en snipper de knoflook. Hak de groenselderij zo fijn mogelijk, zowel de stengels als het groen. Schep alle ingredienten om met de olijfolie. Serveer de bietenreepjes met de ansjovissaus.

Mix van rode biet en pastinaak met sinaasappelsaus.

100 gram biet, 100 gram pastinaak, 1 sinaasappel, 2 stengels groenselderij of platte peterselie of kervel of bieslook, 2 tl kappertjes, olijfolie.
Was de groentes en kook ze gaar in ca 20 minuten (apart van elkaar). Rasp de schil van de sinaasappel. Pers de sinaasappel. Meng in een blender of met een staafmixer de schil, een scheutje sap, de kruiden en de kappertjes met zoveel olie dat er een saus ontstaat. Snijd de groentes in repen en dien op met de sinaasappelkruidensaus.

Mix van biet en pastinaak met slagroom

100 gram biet, 100 gram pastinaak, snuf ras el hanout, 100 ml slagroom, snuf zout
Maak de groentes schoon en kook stukken gaar in ca 20 minuten (apart van elkaar). Roer het specerijmengsel door de slagroom en klop stijf. Dien de groentes op met toefjes slagroom.

Chips van pastinaak

2 pastinaken, frituurolie, zout
Was de pastinaak en schaf ze in flinterdunne plakken (bij voorkeur met een mandoline). Verhit de olie in een frituurpan of wok. Dompel de plakken pastinaak in de hete olie en bak ze bruin in 3-4 minuten. Haal ze met een schuimspaan uit de pan en laat ze uitdruipe op keukenpapier. Strooi er zout over als ze nog warm zijn.

Tip: van alle knol- en wortelgroenten kun je op deze manier chips maken.

Recepten uit: 'Vergeten groenten' Keda Black

Puree van pastinaak en knolselderij

225 gram pastinaak en 225 gram knolselderij, zout, (plantaardige)room, nootmuskaat, evt wat edelgistvlokken (geeft hartige smaak), peper.
Schil de selderij en snijd de knol en de pastinaken in grove stukken. Stoof ca 5 minuten in olijfolie (vergroot de smaak). Strooi er wat zout over en wat water en kook de groentes gaar in zo'n 15 minuten. Prak of stamp tot een puree met de room en kruiden.

Boerenkoolbladeren

Je kunt boerenkoolbladeren in een plastic zak in de diepvries stoppen. Als ze bevroren zijn haal je ze uit de diepvries en hak en knijp je de bladeren fijn in de plastic zak. Scheelt een boel snijwerk...

Boerenkool met een knoflooksmaakje

450 gram boerenkool, 3 tenen knoflook, zout, olijfolie, roomboter
Snijd de boerenkool zeer fijn. Snipper de knoflook zeer fijn. Verhit olijfolie en een klont roomboter en laat de knoflook zachtjes fruiten, voorkom verbranding. Na 1 tot 2 minuten kan de fijngesneden boerenkool erbij. Strooi er wat zout en peper over. Serveer met puree en bijvoorbeeld wat geroosterde nootjes

Ouderwetse stoofpeertjes

650 gram stoofperen, 2 steranijs, 1 theelepel kaneelpoeder, 1 fles port of rode wijn, snuf zout, scheut agavesiroop, 0,5 theelepel kardemon, twee kruidnageltjes, laurierblad.
Je kunt de peertjes in hun geheel koken (wel schillen en voor de leuk het steeltje eraan laten) of in stukken (schillen en klokhuis eruit halen). Als je ze heel laat kook je ze zo'n twee uur met alle ingredienten. Je kunt de peertjes heel goed nu klaarmaken, invriezen en bewaren voor de kerst. Het kookvocht kun je binden met maizena.

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

info@leeuweriksveld.nl
www.leeuweriksveld.nl

