



## Week 51/52, 19 dec 2018

### Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Winterpostelein	't Leeuweriksveld
Groenlof	”
Spruiten	”
Winterpeen	”
Yacon	”
Prei	”
Kastanjechampignons	via Bionoord
Witlof	Krops, Schokland
Stoofperen	Idunna, Varik
Zuurkool	Kramer, Zuid-Scharwoude

**Week 1 verwacht:** Palmkool, pastinaak, winterpostelein,...

#### Attentie:

In week 1 leveren we de pakketten en webwinkelbestellingen een dag later dan normaal.

**Boerderijwinkel: Nog open:** 24 dec. 10-13 u.  
Van 25 december tot en met 2 januari is de winkel gesloten. Op donderdag 3 januari is de winkel weer geopend op de gebruikelijke tijd van 15 tot 18 uur.

#### **Prijswijziging per 1-1-2019**

Per 1 januari gaat het BTW-tarief op groenten en fruit omhoog van 6 naar 9%. Als gevolg daarvan gaan de prijzen van de abonnementen omhoog:

Eénpersoonspakket	€ 5,70
Eénpersoonscombi	€ 7,20
Tweepersoons	€10,-
Vierpersoons	€16,50
Combi	€11,-
Aardappels	€ 4,20

Als u uw abonnement betaalt middels een periodieke overboeking, denkt u er dan a.u.b. aan het bedrag daarvan per 1 januari aan te passen? Dat bespaart ons administratiewerk.

#### **Bieb:**

Met van kerstmis tot driekoningen:  
De twaalf heilige nachten, M.Uyldert  
Kersttijd tussen kerstnacht en driekoningen, uit de serie Jaarfeesten in het gezin  
Het droomlied van Olav Asteson, R. Steiner.  
U vindt deze en nog veel meer goede boeken in

onze nieuwe **antroposofische bibliotheek**. Op de zolder van onze schuur hebben we die ingericht. Iedere geïnteresseerde kan kosteloos lid worden. De bibliotheek kan bezocht worden op normale werktijden. Wees welkom!

### Recepten

Voor recepten zie ook: [www.leeuweriksveld.nl](http://www.leeuweriksveld.nl)

#### **Salade van winterpostelein, yacon en blauwschimmelkaas**

bijgerecht voor 2 personen

*120 gr winterpostelein, 1 kleine yacon, ½ rode ui, handvol walnoten of pecannoten, sap van ½ citroen, 90 gr blauwschimmelkaas*

*Dressing: ½ eetl. balsamico azijn, 2 eetl. extra vergine olijfolie, zout naar smaak*

Verwarm de oven tot 180°C/gasstand 4. Verdeel de walnoten of pecannoten over een bakplaat en rooster ze 8-10 minuten in de oven tot ze licht gekleurd zijn. Was de winterpostelein goed en verwijder eventueel worteltjes en lelijke blaadjes. Vul een kom met water en voeg het citroensap toe. Schil de yacon, snijd deze in plakjes en leg ze in het citroenwater tegen verkleuren. Meng de ingrediënten voor de dressing. Verdeel de blauwschimmelkaas in stukjes. Meng alle ingrediënten van de salade en meng de dressing erdoor. Serveer direct.

Bron: [www.moestuinforum.nl](http://www.moestuinforum.nl)

#### **Vegetarische zuurkoolschotel**

hoofdgerecht voor 2-4 personen

*3 plakjes bladerdeeg, 6 schijven ananas, 4 gedroogde vijgen, 500 gr zuurkool, 100 gr gemengde noten, 1 banaan, 100 gr verse roomkaas, 1 dl zure room, 2 eetl rozijnen, boter om in te vetten, 100 gr komijnekaas of andere kaas in plakken, 1 ei, 2 eetl maanzaad*

Ontdooi de plakjes bladerdeeg. Verwarm de oven voor op 200°C. Vet een ovenschaal in. Laat de zuurkool uitlekken. Snijd de ananas en de vijgen in kleine stukjes. Hak de noten. Pel de banaan en prak deze in een schaal fijn met de roomkaas. Meng de zure room erdoor, evenals de ananas, de vijgen, de zuurkool, de rozijnen en de noten. Roer goed door elkaar. Bedek de bodem van de ovenschaal met de plakken komijnekaas en laat 1 cm van de rand vrij. Verdeel het zuurkoolmengsel over de kaas. Rol van de plakjes bladerdeeg een lap ter grootte van de ovenschaal en leg deze op de zuurkool. Druk de randen goed aan. Klop het ei los in een kommetje en bestrijk het bladerdeeg hiermee. Strooi het maanzaad over het ei. Zet de zuurkoolschotel in het midden van de oven en

bak deze in iets meer dan een half uur gaar en goudbruin. Lekker met aardappelpuree.

### **Pasta met romige champignonsaus**

hoofdgerecht voor 2 personen

*½ theel kruiden bouillonpoeder, 250 gr champignons, 1 dl crème fraîche, 1½ eetl Parmezaanse kaas, 1 teentje knoflook, 1½ theel Provençaalse kruiden, 2 eetl olijfolie, 150 gr pasta, peper, 1 kleine ui, 1½ eetl peterselie, zout, 50 ml droge witte wijn, eventueel 100 gr ham*  
Kook de pasta beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Pel en snipper de ui en knoflook. Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Verhit de olie in een hapjespan. Fruit de ui even en pers de knoflook erboven uit. Bak de champignons mee. Voeg de Provençaalse kruiden met de wijn, de bouillonpoeder en eventueel de ham toe. Kook het geheel ca 5 min op half hoog vuur. Roer de crème fraîche erdoor. Kook de saus op halfhoog vuur in tot hij goed van dikte is. Voeg zout en peper naar smaak toe. Giet de pasta af. Verdeel de pasta over de borden en schep de champignonsaus erop. Strooi de peterselie en Parmezaanse kaas erover.

Bron: [www.smulweb.nl](http://www.smulweb.nl)

### **Spruitjesstampot met appel en spekjes**

hoofdgerecht voor 2 personen

*400 gr aardappels, 500 gr spruitjes, zout, 75 ml melk, peper, nootmuskaat, ½ ui, 150 gr mager rookspek, 15 gr boter, 1 frisure appel*  
De spruitjes schoonmaken. De aardappels schillen en opzetten met weinig water (en zout) en 10 minuten koken, daarna de spruitjes erbij voegen en nog 15 minuten koken. Intussen de ui pellen en fijn snipperen. Het rookspek in blokjes snijden en samen met de ui ca 15 minuten in de boter bakken. De appel wassen of schillen en in blokjes snijden. De blokjes appel in een andere pan in boter goudbruin bakken. Van de spruitjes en aardappels het vocht afgieten en met de melk tot een smeùige stampot stampen. Op smaak brengen met peper en nootmuskaat. Het spek en de uisnippers uit het vet scheppen en door de stampot roeren. De appelstukjes en de boter door de stampot scheppen en alles goed door laten warmen.

### **Witlofsalade met mandarijn en kaas**

bijgerecht voor 2 personen

*400 gr witlof, 3 mandarijnen, 75 gr belegen kaas, 4 eetl yoghurt, 2 eetl mayonaise, ca 1 eetl mosterd, wat zout en peper*  
Was de witlof en verwijder lelijk blad. Snijd eventueel de kern eruit en snijd de witlof in smalle reepjes. Pel de mandarijntjes en verdeel ze in partjes. Snijd de kaas in piepkleine blokjes.

Roer een dressing van de yoghurt, de mayonaise en de mosterd. Maak op smaak met een beetje peper en wat zout. Schep de witlof, de mandarijntjes en de kaas door de dressing.

### **Groenlof met seitan**

bijgerecht voor 2 personen

*½ krop groenlof, 1 uitje, 1 teen knoflook, 1 theel gemalen komijn (djinten), 1 theel kerriepoeder, 1 à 2 eetl citroensap, 200 gr seitan (pot), 1 theel kaneel, peper en zout, olie om in te bakken*  
Was de groenlof en snijd het in smalle reepjes. Pel de ui en snijd deze in stukjes. Pel de knoflook en snijd deze fijn.  
Fruit ui, knoflook, kerrie en komijn in wat olie. Laat de seitan even uitlekken, snijd eventueel wat kleiner en voeg de seitan toe aan het uimengsel. Besprenkel het geheel met citroensap en voeg kaneel toe. Roerbak ongeveer 5 minuten. Schep de groenlof erdoor en laat alles onder regelmatig omscheppen in 5 à 10 minuten beetgaar stoven. Breng op smaak met peper en zout. Lekker met rijst of aardappelpuree.

### **Gestoofde wortels op z'n Zuid-Afrikaans**

bijgerecht voor 2 personen

*500 gr wortels, 1 eetl boter, 1 mandarijn of ½ sinaasappel, ½ eetl honing, ½ eetl gembersiroop, ½ eetl ketjap manis, zout & versgemalen peper, 1½ eetl koriander of peterselie*  
Schrap of schil de wortels en snijd ze in schuine plakken. Rasp de buitenkant van de schil van de de mandarijn of sinaasappel. Pers de sinaasappel of mandarijn. Schep de wortels, citrusschil, citrussap, boter, honing, gembersiroop en ketjap in een braadpan. Zet de pan op het vuur, zodat de boter smelt en het vocht aan de kook komt. Roer om, dek de pan af en zet hem op een lage stand. Stoof ca 10 min. nèt gaar. Schud tussendoor af en toe. Neem de deksel van de pan en laat het stoofvocht iets inkoken. Schep de wortels op een schaal en bestrooi ze met koriander of peterselie. Lekker bij kip en gele rijst.

### **Wouter en Kathinka Kamphuis**

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

[info@leeuweriksveld.nl](mailto:info@leeuweriksveld.nl) [www.leeuweriksveld.nl](http://www.leeuweriksveld.nl)

Triodosbank: NL60 TRIO 0212 3737 65 tnv.

't Leeuweriksveld, Emmen

