nieuwsbrief 27 april '22

Hoi iedereen

Ow my god. Schoon weertje de afgelopen weken. Daar zijn we heel blij maar, MAAR al onze bladgewassen zijn allemaal tegelijk oogstklaar. Normaal gezien voorzie ik mooi spreiding zodat we elke week een mooi gevarieerd pakketje kunnen samenstellen. Maar opeens is hier alles ontploft en moeten jullie nu plots een gigantische hoeveelheid bladgewassen verorberen. Sorry hiervoor, maar we kunnen toch moeilijk onze groenten laten overrijp worden (= opschieten, ze maken zich klaar om in bloem te komen)?? Pff, 't is soms niet gemakkelijk allemaal, maar we hopen op jullie begrip, en elk seizoen is natuurlijk anders. Ik geef jullie wat receptjes om de overvloed aan blad te kunnen verwerken. Denk eens aan een lekkere lasagna met spinazie, een lentefris wokje met paksoi,

Aan de andere kant: danku moeder aarde voor deze rijkdom! Op dit moment zijn er dus vooral bladgewassen te oogsten, een beetje logisch aangezien dat de gewassen zijn met de kortste groeiduur. Onze tomaten hebben we deze week geplant, maar daar is het nog even op wachten. Onze wortels uit de serre werden al in januari gezaaid, en we zullen ze pas eind mei kunnen oogsten! Eventjes geduld dus...

Voorst is het wel spannend deze week: onze nieuwe boerderijwinkel gaat open op zaterdag. Jammer genoeg is deze totaal nog niet klaar :(, maar we gaan er toch al voor! Je kent het wel, vertraging van dit, vertraging van dat, en daardoor kan de timmerman niet beginnen, en die nog niet opmeten. Goja, we maken er ons eigenlijk niet zo druk in, iedereen doet zijn best, en zich opjagen is voor geen enkel levend wezen gezond!

De eerste aardbeien zijn aan het rijpen, normaal gezien is de eerste grotere hoeveelheid volgende week mooi oogstklaar! Yess!

Tot volgende week, en bedankt voor jullie trouw en vertrouwen in ons ganse team!

Pasta met kikkererwten en spinazie

- Pasta naar keuze (bv tagliatelli)
- spinazie (uit de diepvries, ontdooid en afgegoten)450 g
- kikkererwten (uitgelekt gewicht, blik)240 g
- ui1
- knoflook2 teentjes
- citroenschil (geraspt, van 1 citroen)

- zure room4 el
- geraspte pecorino100 g
- nootmuskaat
- olijfolie
- peper en zout

Kook de pasta beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Pel en snipper de ui en de knoflook. Giet de kikkererwten af, spoel ze en laat uitlekken. Verwarm de olijfolie in een sauspan en stoof de ui en de knoflook glazig. Voeg er de kikkererwten en de spinazie aan toe en laat doorwarmen. Kruid met nootmuskaat, peper en zout. Roer de zure room door het spinazie-kikkererwtenmengsel. Meng de pasta met de saus en werk af met geraspte citroenschil en pecorino.

Romige paksoi
Bak 1 tl geraspte gember. voeg een in grove stukken gesneden paksoi toe en bak even mee. Blus met een scheut sake of droge sherry en voeg eveneens 1 dl (soja)melk, een half blokje bouillon en 1/2 tl honing toe. Zet een deksel op de pan en breng aan de kook. Laat zachtjes sudderen tot de paksoi gaar is (ca 10 min). Bind de saus dan met maïzena en breng op smaak met peper, zout en eventueel een scheutje sesamolie.

Paksoi met tomatensaus
Fruit een fijngesnipperde ui tot hij glazig is. Voeg een in grove stukken gesneden paksoi toe. Stoof een vijftal minuten door en voeg dan 3 in stukken gesneden tomaten toe. Stoof nog even door en blus dan met 50 ml kokosmelk. Voeg 1 tl sambal toe en laat stoven tot de paksoi beetgaar is. Breng op smaak met zout.

Gestoofde raapstelen met Parmezaanse kaas
Fruit 1 in fijne ringen gesneden ui samen met een geraspt teentje knoflook. Doe er 150 g in grove stukken gesneden raapsteel bij en bak een paar minuten. Voeg een beetje vocht toe en laat beetgaar stoven (duurt niet lang!). Er mag nog een beetje vocht aanwezig zijn. Neem van het vuur en roer er een klontje boter en 50 g geraspte Parmezaanse kaas onder. Werk af met peper en zout.

Roergebakken raapstelen
Fruit 1 geperst teentje knoflook en 1 tl vers geraspte gember. Voeg 400 g in grove stukken gesneden raapstelen toe en bak ze al omscheppend tot ze gaan slinken. Voeg 1/2 potje gemixte gepelde tomaten (of in blokjes eventueel), een scheutje droge sherry en enkele el sojasaus toe en bak het geheel op hoog vuur tot het meeste vocht verdampt is. Breng op smaak met peper en zout.
Tip: Heel lekker als spaghettisaus. Je kan uiteraard ook andere groene bladgroenten hiervoor gebruiken. Denk maar aan paksoi, spinazie, warmoes,... .

Spinaziesoep met kokos

Rooster 2 tl mosterdzaad en 1 tl fenegriekzaad in wat olie (opletten want de mosterdzaadjes

springen!). Voeg op het moment dat de zaadjes beginnen te springen 2 tl geraspte gember, 2 geraspte teentjes knoflook en wat sambal toe. Stoof heel even en voeg dan 400 g in reepjes gesneden spinazie en 1 à 2 tl kurkumapoeder toe en stoof die ook even mee. Voeg dan 2 el kikkererwten- of maïsmeel toe en roer even door. Voeg daarna 300 ml kokosmelk en 3/4 l bouillon toe en breng aan de kook. Als het goed kookt, neem je het van het vuur en breng op smaak met zout.

NIEUWE BIOWINKEL

ELKE ZATERDAG TUSSEN 9U EN 13U

ELKE WOENSDAG TUSSEN 15U EN 18U

ruim assortiment groenten en fruit

eigen kweek en van lokale biocollega's

Ook lokaal en buitenlands fruit

STOKHOVESTRAAT 32

8020 Oostkamp (Waardamme)

NIEUWE AFHAALPUNTEN PAKKETTEN

VANAF HALF MEI

Steenbrugge- Gaston Roelandtsstraat 73

St-Pieters Brugge- Wijnenburgstraat 49

Sint-Michiels (vlakbij station Brugge)- Dorotheastraat 6

Merelbeke- Pinksterbloemstraat 10 (Bij mijn lieve zusje!)