



Voorjaarswerk en schoolklassen

Ziezo, de eerste voorjaarsdrukte is achter de rug! We hebben de vertraging als gevolg van het late koude weer in maart nu helemaal ingelopen. Zo gauw de omstandigheden in het voorjaar goed zijn, wil ik altijd het liefst een heleboel dingen tegelijkertijd doen: mest uitrijden en inwerken, kalken, bentoniet uitstrooien, ploegen, het grasland verzorgen, de peulen, capucijners, tuinbonen, plantuien, vroege aardappels, raapstelen, radijs, rucola, eerste wortels en rode bieten, haver de grond in, de asperges opruggen en afdekken en natuurlijk de eerste leveringen plantgoed van de opkweker planten. Het is nu eenmaal aantrekkelijk om teelten zo vroeg mogelijk oogstklaar te hebben: op die manier is het seizoen waar er producten van 't Leeuweriksveld zijn, langer en kunnen we vóór het begin van de zomervakantie al veel oogsten. Want als die vakantie eenmaal begonnen is, zijn er toch duidelijk minder klanten, dus dan proberen we juist niet teveel te hebben.

Gisterochtend waren hier nog twee schoolklassen op bezoek, groep 3 en 4 van de Diedeldoorn in de Rietlanden. Dat was erg leuk om te doen, door het grote enthousiasme en de onbevangenheid van de kinderen. Verschillende kinderen wilden onderweg een tijdje aan mijn hand lopen, ze stelden honderden-één vragen en vonden het allemaal heel interessant. De winterpostelein, die al volop bloeit, mochten ze van mij onbeperkt proeven, een aanbod dat zeer werd gewaardeerd. Ook een hoekje geschoten radijzen in de kas werd op grote schaal geoogst, nadat ik de tip had gegeven dat de koeien die lekker vinden. De koeien mochten zich in een grote belangstelling verheugen, net als de katten, eenden en het paard. Dieren hebben eigenlijk altijd de volle belangstelling van kinderen! Ook de hooi- en strobult en de trekkers waren populair. Er ontstonden zelfs twee rijen bij de trekkers van kinderen die ombeurten even op de trekkerstoel wilden zitten.

Wouter

Week 16, 18 april 2018

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Verse knoflook 't Leeuweriksveld

Prei

Waspeen XL óf Paksoy via Udea/ BioNoord

Raapstelen

Knolvenkel

Paprika Aldo van Os, Genemuiden

Week 17 verwacht: raapstelen?, radijs? de eerste sla?, ...

Kiezelpreparaat

Elke laatste zaterdag van de maand roeren en spuiten we het kiezelpreparaat. Dit bevordert de voedingswaarde, smaak en geur van de producten! We beginnen om 7u, wie mee wil doen is van harte welkom. Na afloop, plm 10u een lekker ontbijt met koffie. 28 April a.s. is de eerste keer.

Aankondiging:

zaterdag 2 juni a.s. organiseert Margriet Hassing van La Vida uitvaartbegeleiding een "Groene uitvaartmarkt" op het erf van 't Leeuweriksveld. Groene uitvaarten winnen in hoog tempo aan populariteit. Een afbreekbare urn van aardappelzetmeel, biologische hapjes, een duurzame uitvaart- kist of mand, een wade in plaats van een kist en begrafenissen in de natuur zijn voorbeelden van wat u kunt verwachten op de groene uitvaartmarkt.

Laat waardevolle erfstukken niet verdwijnen in de container De inboedel van een overledene verdwijnt nogal eens in de vuilnisbak omdat nabestaanden geen idee hebben van de waarde van de erfstukken. Tijdens de Groene uitvaartmarkt kunnen erfstukken gratis worden getaxeerd

www.uitvaartlvida.nl

Thema les: Zaden telen op Smakelijk Erf

donderdag 19 april van 09.30 – 12 u leer je daar van alles over. De kosten zijn € 50,- per persoon inclusief koffie/thee en inclusief het boek *Zelf zaden telen* ter waarde van € 17,95. Opgeven kan tot uiterlijk 15-04 via SmakelijkErf@gmail.com

Agenda OKeE:

Eten wat de pot schaft

25 april, 18.00 - 19.15 uur € 10,-

30 mei, 18.00 - 19.15 uur € 10,-

Opgave tot twee dagen tevoren, incl evt dieetwensen.

Aanmelden via info@oogstenkokeneneten.nl of 0619199934.

Voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Bosknoflook

Snijd het fijn en gebruik het vers (als garnering) of gebakken. In bijvoorbeeld soepen, salades, roerbakgroenten en rijstschotels.

Nasi goreng met prei, paprika en (bos)knoflook

hoofdgerecht voor 2 personen

200 gr rijst, 1 eetl olie, 150 gr nasi/bamivlees, 1 kleine ui, 250 gr prei, 1 paprika, 2 bosknoflook, 75 ml ketjap manis

Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd intussen de ui in partjes. Was de prei en snijd deze in schuine ringen. Snijd de paprika in dunne reepjes. Was de knoflook en snijd het fijn, ook het groen. Houd het groen apart. Schep de rijst direct na het afgieten in een wijde schaal om snel af te koelen. Verhit de olie in een wok en roerbak het nasi-bamivlees goudbruin in 8 min. Voeg de ui, de prei en de paprika toe en roerbak 5 min. Voeg de knoflook toe en roerbak 1 min. Schep de gekookte rijst erbij en roerbak tot de rijst goudbruin kleurt. Schep op het laatst de ketjap erdoor.

Prei-paprika-stamppot met vegetarische balletjes

hoofdgerecht voor 2 personen

500 gr aardappels, 1 paprika, 1 kleine ui, 2 tomaten, 2 eetl olijfolie, 175 gr. vegetarische balletjes, ½ eetl. groene pesto, ½ eetl. Italiaanse kruiden, 300-350 gr. prei, 75 ml halfvolle melk

Aardappels schillen, in stukken snijden en gaarkoken. De prei wassen en in ringen snijden. Paprika schoonmaken en in stukjes snijden. Ui pellen en snipperen. Tomaten wassen en in stukjes snijden. 1 eetlepel olie verwarmen en de ui en vegetarische balletjes 6 min. bakken. Tomaten, pesto en kruiden erdoor roeren en zachtjes verwarmen. Naar smaak kruiden met peper. In een braadpan 1 eetlepel olie verhitten en paprika en prei ongeveer 5 min. bakken. Melk verhitten. Van aardappels en melk puree maken. De groentes door de puree mengen en met peper op smaak brengen. Serveer de stamppot met de balletjes in tomatensaus.

Wortelsalade

bijgerecht voor 2 personen

1 eetl. natuurazijn, 2 eetl. (zonnebloem)olie, peper, zout, 200 gr. winterwortel, 3 takjes peterselie, 1 bosuitje of bosknoflook, 50 gr. gezouten pistachenootjes, 75 gram feta, ev. 6 zwarte olijven zonder pit

Klop in een schaal de azijn met de olie en peper en zout naar smaak tot een dressing. Schil de

wortels met een dunschiller en snijd er in de lengte dunne slierten van. Schep de wortelslierten door de dressing. Hak de peterselie fijn. Snij de bosui of bosknoflook in kleine ringen. Pel de pistachenootjes en hak ze grof. Verkruiemel de feta. Halveer de olijven. Schep de wortelslierten op twee borden en strooi de bosuiringetjes, de pistachenootjes, de stukjes feta en de peterselie erover.

Bron: www.smulweb.nl

Penne met raapstelen

hoofdgerecht voor 2 personen

1 bos raapstelen, 2 ansjovisfilets, 2 eetlepels goede olijf- of walnotenolie, 175 gr penne (pasta), zout en peper

Kook de penne in ruim water met zout beetgaar. Was de raapstelen, snijd eventueel worteltjes eraf en snijd ze kleiner. Breng ruim water aan de kook en blancheer de raapstelen 1 minuut in het kokende water. Laat ze uitlekken. Prak de ansjovis met de olie mooi glad.

Giet de pasta af en doe dit in een grote schaal. Meng de ansjovis met olie en de raapstelen erdoor. Breng op smaak met zout en peper.

Venkelsalade met fruit en noten

bijgerecht voor 2 personen

½ of 1 venkelknol, 1 kleine appel, 2 sinaasappels, handje gepelde walnoten, (kruiden)zout

Dressing: 4 eetl. walnootolie, 1 eetl. (appel-)azijn, ½ theel. mosterd, snuffje cayennepeper

Groen van venkel knippen en stelen eraf snijden. Venkel wassen, harde kern verwijderen en de rest in dunne plakjes snijden.

Dressing kloppen van de ingrediënten. Appel (met schil) in schijfjes snijden, klokhuis verwijderen.

1½ sinaasappel schillen en in partjes delen. Sap van ½ sinaasappel met de dressing mengen.

Dressing en partjes sinaasappel door de salade mengen. Beetje (kruiden)zout over de salade strooien.

Even laten rusten. Salade garneren met de walnoten.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl www.leeuweriksveld.nl

Triodosbank: NL60 TRIO 0212 3737 65 tnv.

't Leeuweriksveld, Emmen

