



Week 18, 1 mei 2019

Inhoud groentepakket

onder voorbehoud van wijzigingen

Rode bataviasla	't Leeuweriksveld
Paksoy	„
Raapsteel	„
Asperges óf pastinaak	„ /Eko de eerste
Tomaat	Wouters, Ens

Week 19 verwacht: Snijbiet of spinazie, rabarber, sla, rucola, ...

Kiezelpreparaat roeren en spuiten

April t/m augustus en in oktober elke laatste zaterdag van de maand van 7u t/m 10.30u (incl. ontbijt). Belangstellenden kunnen zich aanmelden om mee te doen, maximaal 2 personen per keer.

Eten wat de pot schaft

elke laatste woensdag van de maand aanschuiven op de kookzolder van 't Leeuweriksveld; 18 uur € 12,50 pp. Aanmelding t/m de maandag ervoor bij Alberta Rollema:

info@oogstenkokeneten.nl of: 06-19199934

Antroposofische bieb:

Thema tussen dood en leven

R. Steiner: aan gene zijde van geboorte en dood

W.F. Veltman: karma en reïncarnatie

J. Hemleben: over de grens van het leven

Vacature Vrije Kinderopvang Emmen

Vrije Kinderopvang Emmen zoekt per 26 augustus een nieuwe, enthousiaste leidster voor een nieuw op te starten derde Vrije Peutergroep; de functie bestaat verder uit het op zich nemen van een aantal BSO-uren op de Vrije BSO. De pedagogisch medewerker dient in het bezit te zijn van een VVE-certificaat of bereid zijn dit op korte termijn te halen. Kennis van de antroposofie, met name de inzichten rondom kinderen van 0-7 jaar, is een pre.

Sluitingstermijn van de vacature is 20 mei. Kijk voor de volledige vacaturetekst op www.vrije-kinderopvangemmen.nl.

Natuurwezens-

hoe kunnen we hun nabijkomen?

Oefening en gesprek o.l.v. Inge Swen en Johan Vaatstra, 29 mei in Sleen. Opgave en informatie: Femmie Timmerman,

femmie.timmerman@casema.nl, 0624720208

Geschiedenis schrijven

Soms hadden we bij open dagen op de schuurdeur een soort tentoonstelling hangen met daarop de geschiedenis van onze boerderij en wat ons nog verder bezielt. Nu ben ik bezig dit in een nieuwe vorm te gieten, zodat het op onze website kan staan, of dat er naar behoefte een klein boekje gemaakt kan worden. Dat is wel heel leuk om te doen, want wat is er toch sinds 2004, toen het eerste seizoen van het Leeuweriksveld begon, allemaal gebeurd! 5 jaren had 't Leeuweriksveld een soort zwervend bestaan en vanaf 2009 streek het bedrijf in Wilhelmsoord neer, om nu dus al weer in het 10^e seizoen te zijn. Er zijn allerlei fases, die zo'n bedrijf dan doormaakt. In begin de noodzakelijke dingen doen, zodat het bedrijf vooral blijft leven, later volgt uitbreiding en verbreding. En dan stel ik mezelf weleens de vraag: in wat voor fase zitten we nu? Er is een stuk van routine van het bekende: het seizoen begint met de loonwerker, die mest op het land strooit, dan komen de grondbewerkingen, de eerste plantjes gaan de grond in, het wordt droog, we leggen de buizen, sproeiers erop en er is water. Elke week bestellen we van alles en nog wat voor de winkel en de pakketten, elk voorjaar is het weer een blij gevoel, als we weer meer zelf van het land kunnen oogsten. De aspergemachine heeft een jaar lang stilgestaan, je steekt de stekker in het stopcontact, water aangesloten en de zaak loopt. Erg aangenaam om niet bij elke klus het wiel weer uit te moeten vinden. Misschien dat je nu denkt, wat wordt het toch saai? Dan kan ik vertellen, dat we twee nachten geleden ineens allebei midden in de nacht wakker werden met de vraag: zou het toch gaan vriezen? Met de aardbeien in bloei en de Frieslanders al boven de grond geen mooie gedachte. Gelukkig ging het goed. En dit jaar lijkt wel het jaar van een rijkdom aan vogels: de roodstaarten zijn volop aanwezig, er is een paar putters gespot en de spreeuwen delen de "rijtjeshuizen" in de schuurgevel met de mussen, wat een heerlijk geklets op het erf. Ergens zit nog het pioniersstemmetje die nog van alles wil vernieuwen, maar dat stuk rust bevalt ook wel goed.

Kathinka.

voor recepten zie ook: www.leeuweriksveld.nl

Hartig taartje met raapstelen (of rucola)

bijgerecht voor 2 personen

Deeg: 150g bloem, 90g boter of margarine, 1/2 theel zout, 1 eetl koud water

Vulling: 1 bosje raapstelen, 1 ui, evt. 2 tenen knoflook geperst, 8 zontomaten in olijfolie, olijven naar wens, 2 eieren, 250 g ricotta kaas of kwark, evt. 1/2 dl slagroom, peper en weinig zout, 2 eetl geraspte oude (parmezaanse) kaas
Knead een stevig deeg van de genoemde ingrediënten en houd hem koel. Verwarm de oven voor op 200°C. Was de raapstelen en laat ze goed uitlekken. Pel en snipper de ui. Vet een ovenschaal in. Rol het deeg uit en bekleed de ovenschaal met het deeg. Prik er wat gaatjes in en bak de taartbodem 10 minuten op 200°C. Meng voor de vulling de eieren, ricotta kaas of kwark, Parmezaanse kaas, slagroom, eventueel 2 geperste tenen knoflook en peper en zout door elkaar en klop dit tot een luchtige massa. Snijd de raapstelen en tomaten klein en schep dit met de ui door de massa. Schep de vulling op de taartbodem en verdeel de olijven erover. Ca 45 min bij 200°C bakken tot de oppervlakte mooi bruin is.

Soep met paksoi en champignons

hoofdgerecht voor 2 personen

1 liter runderbouillon, 1 klein teentje knoflook, 2 eieren, boter, 125 gram kastanjechampignons, 1 1/2 cm verse gember, 1 kleine stronk paksoi of 1/2 grote stronk, 1 1/2 eetl. sojasaus, 1/2 theel.

sesamolie, 2 bosuitjes, stokbrood, kruidenboter
Klop de eieren los met wat zout. Verwarm boter in een pan met anti-aanbaklaag en bak van de eieren een dunne omelet. Snijd de omelet in flinterdunne reepjes.

Verhit de bouillon in een soeppan. Kneus de ongeschilde gember, voeg deze toe aan de bouillon en laat 15 minuten zachtjes trekken. Was de paksoi en snijd deze in grove repen. Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Snijd de bosuitjes fijn. Pel en snipper de knoflook.

Verwijder de gember uit de bouillon. Voeg de paksoi, champignons, sojasaus en de knoflook toe aan de bouillon. Laat nog 5 minuten koken totdat de groentes gaar zijn. Voeg daarna de sesamolie toe. Garneer de soep met de bosui en de omeletreepjes. Serveer met de stokbrood met kruidenboter.

Tomaat-mozzarella-salade

Bijgerecht voor 2 personen

2 tomaten, 125 gr buffelmozzarella, pesto, olijfolie, peper, zout, enkele blaadjes basilicum, 2 zwarte olijven

Snijd de olijven in plakjes. Was de tomaten en snijd de tomaten en de mozzarella in plakken. Besmeer elke plak mozzarella met een beetje pesto. Leg de plakken tomaat en mozzarella dakspansgewijs op een schaal. Bestrooi met peper en zout naar smaak. Sprengel de olijfolie over de salade en garneer met de olijven en basilicumblaadjes.

Asperges met ham, ei en hollandaisesaus

bijgerecht voor 2 personen

2 eieren, 700 gr asperges, zout, peper, 75 gr gekookte achterham (plakken), 1/2 eetl fijngesneden peterselie

Voor de hollandaisesaus: 3 eetl droge witte wijn, 1 eetl (dragon)azijn, 1/2 sjalotje, 2 eierdooiers, 50 gr gesmolten (geklaarde) roomboter, nootmuskaat, citroensap

Kook de 2 eieren in ± 8 min. hard. Laat ze schrikken, pel ze en snij ze in partjes. Snijd de achterham in grove repen. Snijd het sjalotje fijn. Schil de asperges rondom vanaf de kop naar beneden met de dunschiller en snijd een stukje van de onderkant. Kook de asperges in ruim water met zout in ± 10 min. zachtjes gaar. Breng voor de saus de wijn, azijn en sjalot aan de kook. Laat dit mengsel tot 1/3 inkoken en zeef het. Verhit een pan met water. Verwarm in een kom op de pan met heet water (au bain marie) de eierdooiers met het ingekookte wijnmengsel onder voortdurend kloppen tot de saus dik wordt. Smelt de boter. Neem de kom van het vuur en klop de gesmolten boter druppelsgewijs door de saus. Breng op smaak met zout, peper, nootmuskaat en citroensap. Neem de asperges (met een schuimspaan) uit de pan en laat ze uitlekken. Leg ze op een bord met alle koppen naar één kant. Schenk de saus erover, leg de reepjes ham erop en stukjes ei ernaast en garneer met de peterselie. Lekker met gekookte krielaardappeltjes.

Wouter en Kathinka Kamphuis

Zandzoom 72, 7814 VJ Emmen

0591-381445

info@leeuweriksveld.nl

www.leeuweriksveld.nl

