

Landjuweel "de Hoeven"
Middenweg 4
7722XK Dalfsen
Tel: 0529-427688
www.landjuweeldehoeven.nl
email: info@landjuweeldehoeven.nl
Nieuwsbrief week 36 -2021



Leugentje

Wat heeft iedereen maandag gelachen. Ik dacht eindelijk dat ik het een beetje in de vingers kreeg. Zet ik gewoon een enorme misser in de nieuwsbrief.. We hebben "Carolus" aardappelen in plaats van "Parel". Verteld Henk honderduit over dat de Parels niet biologisch te krijgen zijn.. Dus bij deze mijn excuses. Verder was het een prachtige week. Noemde ik vorige week de herfst in de nieuwsbrief, is het nu weer vol zomer. En het groeit zo hard! Met deze temperaturen hopen we ook dat de vruchten nog wat voller worden. Afgelopen woensdag is de SKAL geweest. Een jaarlijkse inspectie waarbij we stevig aan de tand gevoeld worden over ons werkwijze, procedures, inkoop etc etc om ons stempel biologisch te behouden. Gelukkig was de inspecteur positief. En als het hoofdkantoor geen op of aanmerkingen heeft wordt ons certificaat weer verlengd! Toch wel trots op! De eerste 'ei abonneementen' zijn aangemeld en worden bij de tassen in gedaan. Ook een eitje er bij? Laat maar weten!

Geniet van de groenten!

Deze week in de tas: **onder voorbehoud van levering**

Groenten: Sla, koolrabi/mais, wortels, chinese kool, vruchtgroente/tomaat

Fruit: Appel, perzik, banaan

KOOLRABI MET TOMAAT

Ingrediënten:

2 koolrabi's, 1 ui, 2-3 tomaten, 1 bolletje mozzarella, olijfolie, peper & zout, paar takjes verse basilicum

Bereiding:

Pel de ui en snipper fijn. Verwarm een scheutje olie in een pan met dikke bodem en fruit de ui glazig. Snijd het blad van de koolrabi en schil hem, vooral de onderkant moet je goed schillen, daar zitten soms vezelige stukjes. Snijd in blokjes en voeg bij de ui. Geef wat peper & zout en stof met een deksel op de pan tot je ze zacht genoeg vindt. Eventueel voeg je een klein scheutje water toe. Snijd de steelaanzet uit de tomaten en snijd ze in blokjes. Snijd de mozzarella in plakjes en hak wat basilicum grof. Heb je geen verse basilicum dan kun je ook wat gedroogde kruiden nemen, bv. Italiaanse kruiden of gedroogde basilicum of oregano. Haal de deksel van de pan en warm de tomaten heel kort mee. Serveer met de mozzarella er over verdeeld en strooi de basilicum er over. Een beetje olijfolie maakt het af.

WORTEL UIT DE OVEN

Ingrediënten: 700 g peen, olijfolie, zout, ½ el komijnzaadje

Bereiding: Verwarm de oven voor op 200°C. Maak de wortels schoon door ze met de dunschiller te schillen of te boenen, snijd onder en bovenkant bij en snijd ze in repen in de lengte, niet te dik ('n smalle pink) of plakken, wat je wilt. Kleiner zijn ze sneller klaar, maar worden ze ook iets droger. Verdeel ze over een bakplaat en besprenkel de wortels met olijfolie en hussel ze goed om, zodat alle wortels een olie laagje krijgen. Bestrooi ze met wat zout en komijnpoeder. Rooster ze in 30-40 min. gaar in de oven, schep halverwege een keer om en controleer dan even door te prikken hoe gaar ze al zijn.

Knoflook-yoghurtsaus

Ingrediënten:

3 el mayonaise; 1-2 tenen knoflook; p&z; 1 theekopje yoghurt of met wat water verdunde kwark, (soja yoghurt of geitenyoghurt zijn ook erg lekker); een snufje gedroogde dille; (of wat verse; of fijngehakte peterselie).

Bereiding:

Pers de knoflook in een kommetje, strooi er wat zout over en roer door. Meng er daarna de andere ingrediënten door. Laat even staan om op smaak te laten komen.