

Landjuweel "de Hoeven"  
Middenweg 4  
7722XK Dalftsien  
Tel: 0529-427688  
[www.landjuweeldehoeven.nl](http://www.landjuweeldehoeven.nl)  
email: [info@landjuweeldehoeven.nl](mailto:info@landjuweeldehoeven.nl)  
Nieuwsbrief week 41- 2019



### **Rustige week**

Afgelopen week was het een relatief rustige week. We konden ook minder buiten werken omdat het wel veel regende. Daar zijn we heel blij mee, we hebben toch wel 40-50 mm. Het grondwaterpeil is nu weer wat aangevuld. In de tuin wordt het wat rustiger. Er zijn al veel stukken ingezaaid met winterrogge, de onkruiddruk neemt duidelijk af en het wordt aanzienlijk kouder.

We trekken wat meer naar binnen voor het schonen van uien, het sorteren van aardappels en het inpakken van kruiden.

De kachels gaan aan en de deelnemers komen ook in een andere energie. Wij zijn ook wat rustiger en we denken na over hoe nu verder. Volgens jaar gaan we weer actie zetten op de mogelijkheden van overname. Gelukkig kunnen we met onze mensen zo weer even verder. ( een melkster en een medewerker voor de administratie).

We zijn niet naar den Haag, gegaan omdat we tevreden boeren zijn. We zullen toch echt ook hand in eigen boezem moeten steken en de veestapel zal moeten krimpen. De biologische sector zit gelukkig aan de positieve kant van deze moeilijke materie.

We wensen iedereen veel wijsheid om hier uit te komen.

We wensen onze klant duurzame voeding en een gezonde keuze toe!!

Eet smakelijk!!

Deze week in de tas:

Groenten: wortels, knolselderij, Savooi kool, zoete bataat, snijbiet/klimspinazie

Fruit: appels, sinaasappels, druiven, kiwi.

### **Knolselderij gegratineerd met kaas en sesamzaad**

Ingrediënten 2 personen: 400 g knolselderij, 1 ui, 1 tomaat, 150 g belegen kaas  
4 el sesamzaad, olijfolie

Bereidingswijze: Ui schillen, op de wortelkant neerzetten en halveren. Beide helften met de lijnen van de ui mee in smalle partjes snijden en fruiten in olie. Tomaat klein snijden, steel aanzet wegsnijden en toevoegen aan de uien. Knolselderij schillen, in kleine blokjes snijden, met een klein scheutje water toevoegen aan de uien en ongeveer 10 min stoven. Grill voorverwarmen. Sesamzaad roosteren in een droge koekenpan totdat de zaden lichtbruin kleuren en lekker geuren. Kaas raspen. Groenten in een ovenschaal scheppen. Kaas en sesamzaad mengen en over de groenten strooien. Groenteschotel in de oven zetten en grillen totdat een krokant korstje is ontstaan. Lekker met pasta, gierst of haver en een groene salade.

### **Geglacéerde zoete bataat**

Ingrediënten 2 personen: 200 g zoete bataat, 1/2 sinaasappel, 1 el rozijnen  
1 tl honing, 1/2 tl kaneelpoeder, 1/2 tl gemberpoeder, zeezout naar smaak  
klontje boter

Bereidingswijze: Recept uit Zuid-Afrika: Zoete bataat schillen of schoon boenen, in plakjes snijden en in 10 min. half gaar koken. Schil van de sinaasappel raspen op een fijne rasp. Rasp alleen de oranje schil. Het witte velletje eronder is erg bitter. Sinaasappel uitpersen. Boter laten smelten in een pan met dikke bodem. Honing en rozijnen er door roeren. Gember, kaneel, zout sinaasappelsap en rasp toevoegen. Zoete bataat met een klein scheutje kookvocht aan de saus toevoegen en met deksel 5 à 10 min gaar stoven. Af en toe omscheppen. Lekker met hartig gebakken rijst met prei en ham of gerookte tofu.