

Bio pakket

infobrief week 28



Astene, dinsdag 10 juli 2007

Beste abonnee,

07/07/07 is achter de rug. Er zijn 7 dagen in een week, 7 hoofdzonden, 7 kleuren van de regenboog, 7 vette en 7 magere jaren. Sneeuw witte had 7 dwergen, er zijn 7 zeeën en 7 schoonheden. De 7 wereldwonderen uit de Oudheid werden aangevuld met 7 nieuwe. In een ver verleden waren er ook 7 engelen die de 7 laatste plagen bij zich hadden. Indien de boeren deze plagen dienden aan te vullen, zouden ze helaas heel wat inspiratie kunnen halen uit hun dagelijkse realiteit. Botrytis, schimmelziekte, bladvlekkenziekte, de aardappelplaag... Wellicht zult u opmerken dat er op de cherry tomaatjes witte plekje aanwezig zijn. In een poging de oogst te vrijwaren, hebben onze boeren melkwei op de tomaatjes gespoten. Om te voorkomen dat de tomaatjes wat zurig smaken, spoelt u ze dus best even alvorens u ze verorbert.

PAKKET A (€7,50 / grijs)	PAKKET B (€10,00 / groen)	PAKKET C (€12,50 / groot)	PAKKET F (€7,50 / blauw)
andijvie (DWM)	andijvie (DWM)	andijvie (DWM)	blauwe bes (De Bezegaard)
sla <i>Eikenblad</i> (DWM)	sla <i>Eikenblad</i> (DWM)	sla <i>Eikenblad</i> (DWM)	rabarber (Hanssens P.)
tuinboon (DWM)	tuinboon (DWM)	tuinboon (DWM)	pruim <i>Sanctus Hubertus</i>
basilicum (DWM)	basilicum (DWM)	basilicum (DWM)	(De Drie Wilgen)
tomaat (Vermeulen Ph.)	tomaat (Vermeulen Ph.)	tomaat <i>Cherry</i> (DWM)	mango (Burkina Faso)
courgette ('t Rusthof)	courgette ('t Rusthof)	warmoes (DWM)	
	blauwe bes (De Bezegaard)	wortel (DWM)	
	rabarber (Hanssens P.)	chinese kool (België)	AARDAPPELEN (€3,00)
		sojascheuten (Nederland)	Volgende levering: week 29

VERLOFREGELING AFHAALPUNTEN (update week 28): **Gelieve afhaaluren en -dagen te respecteren. Heel wat deponhouders zijn met vakantie en hun vervangers houden zich strikt aan de vooropgestelde afhaaluren.**

Lunchcafé Walry: is gesloten vanaf woensdag 11/7 tot en met woensdag 15/8. Vanaf donderdag 16 augustus kunt u daar weer terecht voor uw portie groenten en fruit. In tussentijd, vanaf deze week 28 t/m week 32 worden al de pakketten van dit depot overgeheveld naar café Het Gouden Hoofd, Slachthuisstraat 104, afhaling ook op donderdag, tussen 16u en 20u. Dit tenzij een ander afhaalpunt persoonlijk werd gemeld.

Het Gouden Hoofd: is gesloten van 14/7 t/m 23/7. In deze periode (= week 29) wordt de woensdagafhaling éénmalig verschoven naar donderdag. Op donderdag 19/7 zullen er tussen 16u en 20u in Het Gouden Hoofd enkele pakkettenhostesses aanwezig zijn bij wie u uw groenten / fruit kan afhalen.

Oxfam Wereldwinkel Mariakerke: is gesloten tijdens de Gentse Feesten. In week 29 worden de pakketten van 19 juli op die dag afgeleverd bij de familie Maryns, Rijakker 29, Mariakerke. Afhaling tussen 17u en 20u.

ZATERDAG 25 AUGUSTUS: OOGSTFEEST 2007! Over een zestal weken kunt u met ons op De Wassende Maan komen feesten. Noteer dus zeker deze datum in uw agenda. Meer info volgt via een aparte mailing.

STOP ASBEST IN LOUISE - MARIE: Asbest is een bijzonder gevaarlijke stof. Het gebruik ervan is intussen bijna 30 jaar verboden. En maar goed ook, want asbest kan kanker veroorzaken. Het Muziekbos in de Vlaamse Ardennen is een prachtig natuurgebied waar mensen o.a. komen wandelen, lopen en paardrijden. Op dit moment wordt er aan de rand van het Muziekbos, op het grondgebied Louise - Marie, een asbeststort aangelegd! Het klinkt onwaarschijnlijk, maar er is hiervoor een vergunning verleend. Een asbeststort in een natuurgebied, met binnen de 100 meter van het stort omwonenden en pal ernaast fiets- en wandelroutes, is je reinste waanzin. Daarom is er protest hiertegen, onder andere met een petitie. Help te zorgen dat deze nachtmerrie geen werkelijkheid wordt en teken deze petitie op <http://stopasbestinlouisie.blogspot.com/>.

RECEPT 1: Bonensoep met groenten en pesto (<http://www.keukentips.nl>)

Ingrediënten: 2 el olijfolie – 1 prei – 2 teentjes knoflook – 1 aardappel – 1 stengel bleekselderij – 1 el tijm – 425 g flageoletbonen (blik) – 6 dl groentebouillon – 1 courgette – 125 g tuinbonen (gedopt) – 50 g snijbonen – 4 tl pesto

Maak de prei schoon, snij deze in ringen, was deze en laat ze uitlekken. Pel de knoflookteentjes en snipper deze fijn. Schil de aardappel en snij deze in blokjes. Maak de bleekselderij schoon en snij deze in stukjes. Schil de courgette en snij deze in blokjes. Maak de snijbonen schoon en snij deze een keer doormidden. Verhit de olie in een pan en fruit hierin de prei en knoflook een paar minuten. Voeg dan de aardappel, bleekselderij en tijm toe en bak dit onder regelmatig roeren goudbruin. Doe dan de flageoletbonen met het vocht en de bouillon erbij. Breng dit alles aan de kook, leg een deksel op de pan en laat de soep 20' zachtjes koken. Voeg dan de courgette, tuinbonen en snijbonen erdoor en laat de soep nog 10' zachtjes koken. Breng de soep op smaak met peper en zout. Schep de soep in 4 soepkommen en roer door elke kop soep een lepeltje pesto.

RECEPT 2: Andijvie met exotische fetacrème (<http://www.odin.nl>)

Ingrediënten: 300 g andijvie – 1 teentje knoflook – (olijfolie om in te bakken – ½ pakje feta, 75 à 100 g – 1 scheut kokosmelk – ½ tl karwijzaad – ½ tl kardemompoeder

Knoflook fijn hakken en fruiten in de olie op een laag vuur. Andijvie wassen, in reepjes snijden en toevoegen aan de knoflook. Al roerend even meebakken. Met twee eetlepels water in ongeveer 10 minuten beetgaar stoven. Deksel op de pan. Karwijzaad even roosteren in een droge koekenpan. Feta in kleine blokjes snijden en samen met karwij, kardemom en kokosmelk pureren met een staafmixer. Zoveel kokosmelk toevoegen totdat de kaas een stevige crème is. Andijvie op platte borden verdelen. Op ieder bord een toefje fetacrème scheppen.

– Viola –