

Bio pakket

infobrief week 35



Astene, dinsdag 28 augustus 2007

Beste abonnee,

De tent is afgebroken, de dansvloer ligt er nog. Sommigen zien er een eenzame kater over lopen, anderen zien er boeren met maïskolven op staan. Bedankt aan iedereen die meegewerkt heeft aan dit feest. Zonder vele helpende handen was dit niet mogelijk geweest. Ook niet zonder u. U was geen talrijk, maar wel een aangenaam publiek.

| | | | |
|--|--|--|---|
| PAKKET A (€7,50 / grijs) maïs (DWM) andijvie (DWM) peterselie (DWM) prei (Loca Labora) rode biet (De Kollebloem) | PAKKET B (€10,00 / groen) maïs (DWM) prei (Loca Labora) rode biet (De Kollebloem) sla <i>Eikenblad</i> (DWM) tomaat <i>Cherry</i> (DWM) peer <i>Conférence</i> (t Bioschuurke) meloen <i>Galia</i> (Spanje) | PAKKET C (€12,50 / groot) maïs (DWM) andijvie (DWM) peterselie (DWM) prei (Loca Labora) rode biet (De Kollebloem) kervel (DWM) warmoes (DWM) rammenas (De Kollebloem) witte kool (De Kollebloem) | PAKKET F (€7,50 / blauw) peer <i>Conférence</i> (t Bioschuurke) meloen <i>Galia</i> (Spanje) appel <i>Rubinola</i> (t Bioschuurke) druif <i>Cardinal</i> (Frankrijk) banaan (Dom. Rep.) AARDAPPELEN (€3,00) Volgende levering: week 37 |
|--|--|--|---|

Vooruitblik Website
woensdag vanaf 18u

VERLOFREGELING AFHAALPUNTEN (update week 35): **Gelieve afhaaluren en -dagen te respecteren. Heel wat deponhouders zijn met vakantie en hun vervangers houden zich strikt aan de vooropgestelde afhaaluren.**

De Spinnekop: tijdens de vakantieperiode kan het pakket enkel afgehaald worden op **dinsdag tussen 18u en 21u**. De deponhouders waarderen uw medewerking hierin.

Depot Voskenslaan: de deponhouder meldt dat het afhalen in zijn depot gedurende augustus dient te gebeuren tussen 17u en 20u. Gelieve u dus strikt aan deze afhaaluren te houden anders is het pakket verloren.

Depot Merelbeke: Tijdens de eerste 2 weken van september (week 36 en 37) is het depot in Merelbeke (Hundelgemsesteenweg 652) gesloten. Uitzonderlijk kan u het pakket afhalen bij Stefanie Botte, Dr. O. de Gruyterstraat 10 (aan de overkant van de Hundelgemsesteenweg, straatje recht tegenover de Colruyt), 9820 Merelbeke, tel. 0497-970470. Afhaaluren blijven dezelfde, namelijk tussen 18u30 & 20u.

GROENE BANANEN: het is eens wat anders, maar gele bananen zijn toch net iets smakelijker om op te eten. Hoe maakt u van een groene banaan een gele banaan? Heel simpel: om het rijpingsproces te bespoedigen, legt u best uw bananen in een fruitmand bij kamertemperatuur. Plaats in dezelfde mand ook uw appels. En zo kunt u het groen geel zien worden.

DRAAG UW ZAADJE BIJ: "Haal de zaadjes uit uw meloenen, watermeloenen, papaja's en avocado's. Droog ze en stuur ze naar mij". Zo klinkt de oproep van de Gentse professor Willem Van Cotthem. Hij brengt de zaden eigenhandig naar vluchtelingenkampen in Algerije, bij mensen voor wie ze onbetaalbaar zijn. Zaadjes drogen is niet moeilijk. U ontdoet ze van het vruchtvlees, spoelt ze en laat ze drogen op een blad papier. Volgens de professor zal 75 tot 90 procent van de zaden die wij op die manier recupereren ook daadwerkelijk kiemen. Willem Van Cotthem, Beeweg 36, 9080 Zaffelare. Eventueel kan u ook uw zaadjes in een enveloppe steken en dit in uw depot deponeren. Wij zorgen dan dat het ter bestemming raakt.

RECEPT 1: Salade van prei met rode biet (<http://www.jerryke.be>)

Ingrediënten: 1 rode biet (voorgekookt) – 4 preien – 50 g gehakte okkernoten – 1 el notenolie – 1 el witte wijnazijn – 1 el mosterd – zout & peper

Pel de rode biet en verdeel ze in kleine blokjes. Haal het groen van de prei en snij het wit overlans in tweeën. Was de helften goed, dep ze droog met een keukendoek en snij ze in fijne schijfjes. Stoom de prei gaar in 15' en laat afkoelen. Doe de rode biet in een slakom en voeg er de prei bij. Meng de mosterd, de azijn en de okkernoten in een aparte kom. Voeg er de notenolie bij en kruid met zout en peper. Meng goed en giet de vinaigrette over de salade. U kunt deze salade zowel lauwwarm als koud eten. Gooi het groen van de prei niet weg, maar gebruik het in een soep.

RECEPT 2: Maïs met limoenboter (<http://www.keukentips.nl>)

Ingrediënten: 2 maïskolven – 1 limoen – 1/2 el gehakte koriander – 60 g boter – 1 gehakte, gedroogde chilipeper – zout – 1/2 el olie

Was de limoen en rasp de schil eraf. Pers de vrucht uit. Doe de boter in een kom en meng er de geraspte limoenschil, de helft van de koriander en 1/2 chilipeperpje door. Leg de boter op een stuk aluminiumfolie en maak er een rol van. Laat de limoenboter opstijven in de koelkast. Maak de kolven schoon en kook ze in een pan met wat water en het limoensap 15'. Leg de maïskolven in een ovenschaal, bestrijk ze met olie en strooi er de rest van de chilipeper over. Zet de schaal 10' onder een hete grill of in een warme oven. Draai regelmatig om. Snij de limoenboter in plakjes, geef die apart bij de maïs.

RECEPT 3: Mierikswortel met rode biet (<http://www.foodstyling.be>)

Ingrediënten: 300 g gekookte rode biet – 1 mierikswortel (vers of reeds geraspt uit een potje) – zout & peper – 1 el suiker
Rasp de rode biet, vermeng met mierikswortel naar smaak, het mag vrij scherp smaken. Breng op smaak met zout, peper en suiker. Lekker met koude vis, koud vlees, koude kip.

– Viola –