

Bio pakket

infobrief week 42



Astene, dinsdag 16 oktober 2007

Beste abonnee,

Charmant als ze zijn, bieden de De Wassende Maan boeren u volgend boeket groenten aan.

PAKKET A (€8,50 / grijs) andijvie (DWM) prei (DWM) koolrabi (DWM) chinese kool (DWM) sla <i>Eikenblad</i> (DWM)	PAKKET B (€11,50 / groen) andijvie (DWM) prei (DWM) koolrabi (DWM) pompoen <i>Oranje</i> (DWM) peterselie (DWM) peer <i>Conférence</i> (t Bioschuurke) walnoot (Pajottenlander)	PAKKET C (€14,50 / groot) andijvie (DWM) prei (DWM) koolrabi (DWM) pompoen <i>Groen</i> (DWM) paprika <i>Rood</i> (DWM) pijpajuin (DWM) venkel (DWM) wortelpeterselie (DWM)	PAKKET F (€8,50 / blauw) peer <i>Conférence</i> (t Bioschuurke) walnoot (Pajottenlander) appel <i>Vesna</i> (t Bioschuurke) banaan (Dom. Rep.)
---	--	--	---

Vooruitblik week 43 Website
woensdag vanaf 18u

DE NIEUWE PRIJZEN VANAF OKTOBER: vindt u terug op <http://dewassendemaan.be/pakket/prijstabel.htm>. Indien uw betaling van oktober intussen al werd doorgevoerd met de oude prijs, gelieve dan het prijsverschil zo vlug als mogelijk bij te storten. Ons rekeningnummer blijft 390-0621774-59.

DONDERDAG 1 NOVEMBER: Alle leveringen en afhalingen op onze donderdagdepots worden omwille van Allerheiligen verschoven naar vrijdag 2 november. Eén uitzondering: Het Gouden Hoofd. Hier wordt levering en afhaling met 1 dag vervroegd naar woensdag 31 oktober. Voor onze afhaalpunten op dinsdag en woensdag wijzigt er niets in die week 44.

AFHAALLIJST: De voorbije weken werd er meermaals gemeld dat iemand geen pakket meer vond bij aankomst in het depot. Meestal is het zo dat een tweewekelijkse abonnee zich van week vergist heeft. De afhaallijst vergist zich echter niet. Indien uw naam niet voorkomt op de afhaallijst, neem dan zeker geen pakket mee. Als u denkt dat uw naam wel op de afhaallijst had moeten staan, laat dit dan zeker weten op biopakket@dewassendemaan.be.

STRIJD TEGEN HET KLIMAAT. WORDT HET ZUIDEN DE DUPE? De klimaatwijziging is een feit. Daarover wordt er niet gedebatteerd. Wel over een aantal maatregelen die in het kader van deze discussie aan bod komen, waar op zijn minst een aantal vraagtekens moeten bij gezet worden. Om maar niet te zeggen dat het Zuiden toch wel echt de dupe dreigt te worden van bepaalde anti - klimaathypes. Isabel Vertriest van Oxfam Wereldwinkels gaat in gesprek met Peter Van Bossuyt van de Boerenbond rond de discussie over de voedselkilometers. Is lokaal geteelde voeding altijd 'beter' voor de opwarming van de aarde dan voedsel dat van ver moet komen? Hoe bepalend is de rol van transport? Wat met de ontwikkelingskansen van boeren in het Zuiden? In een tweede deel praten Prof. Wim Soetaers (UGent) en Bram Claeys (Bond Beter Leefmilieu) over de opkomst van de biodiesel. Is de biodiesel - hype verantwoordelijk voor de kapping van tropische wouden? Stuw de energiewinning uit landbouw de voedselprijzen niet enorm de hoogte in? Hoe gaan we in de toekomst om met de oorsprong van biodiesel? Deze en vele andere vragen wachten op een antwoord. Het debat wordt vakkundig ingeleid en gemodereerd door Guy Goris van MO*. Donderdag 18 oktober in de Lakenhalle van het Gentse Belfort. Toegang gratis.

RECEPT 1: Andijviefilan met gehakt (<http://www.xquis.com>)

Ingrediënten: 1000 g andijvie – 1 citroen – 4 eieren – peper & zout – snuffje nootmuskaat – 500 g gemengd gehakt – 1 el peterselie (fijngehakt) – 20 g boter (bakboter) – tomatensaus

De andijvie zorgvuldig wassen en in reepjes snijden. Gedurende 5 minuten blancheren in kokend water met citroensap en een weinig zout. De andijvie in een vergiet goed laten uitlekken. De eieren loskloppen en mengen met de kruiden, de gehakte peterselie en het gehakt. Vervolgens de andijvie door het mengsel roeren en in een beboterde souffléschaal gieten. In een voorverwarmde oven plaatsen en op 200 graden gedurende 1 uur laten garen au bain-marie. De flan direct opdienen en serveren met warme tomatensaus.

RECEPT 2: Preibeignets met een pikant tomatensausje (<http://www.plantaardig.com/groenten-recepten>)

Ingrediënten: Voor 12 beignets: 4 stuks prei – 175 g bloem – 1 eierdooier – 2 dl water – 4 el gemengde maanzaadjes – 4 el sesamzaadjes – peper en zout / Voor de saus: 4 tomaten – 2 teentjes knoflook – 1 afgestreken tl chilipoeder – peper en zout

Snij de wortels en de helft van het groen van de preistengels. Snij de stengels in drie of vier stukken (volgens de grootte), was ze en dep ze droog. Mix de bloem met het water en de eierdooier tot een glad beslag. Roer er de maan- en sesamzaadjes, peper en zout onder. Laat een half uurtje rusten. Maak ondertussen de saus: leg de tomaten 30 seconden in kokend heet water, zodat u ze gemakkelijk kunt pellen. Snij ze in vieren en verwijder de pitjes. Doe ze in een pan met een dikke bodem, samen met de geperste knoflookteentjes, het chilipoeder, peper en zout. Laat stoven tot een dikke brij. Mix de saus glad. Haal de stukken prei door het beignetbeslag en leg ze in een frituur van 170°C. Laat bakken tot ze goudbruin zijn. Laat ze uitlekken op keukenpapier en dien ze meteen op met de tomatensaus als dipsaus.

RECEPT 3: Sappig knapperige koolrabi met pit (<http://www.odin.nl>)

Ingrediënten: 1 koolrabi – scheutje olie om in te bakken – 1 tl kerriepoeder – 1 el sojasaus

Schil de koolrabi en snij deze in kleine blokjes. Bak de koolrabi 5 minuten in olie, voeg kerrie toe en laat nog een paar minuten bakken. Voeg de sojasaus toe, roer om en serveer bijvoorbeeld met rijst, couscous of bulgur en geroosterde noten. Combinatie met wortel en peterselie. Snij een paar wortels in dunne schijfjes, bak deze met de koolrabi mee en bestrooi het gerecht met fijngehakte peterselie.

– Viola –