

Bio pakket

infobrief week 17



Astene, dinsdag 22 april 2008

Beste abonnee,

Het einde van april is aan het naderen dus is het begin van mei in zicht. Voor velen betekent donderdag 1 mei de start van een lang weekend. Weet u dan niet goed wat te doen? Hier volgt een beknopt en chronologisch overzicht van mogelijkheden. Op 1 mei is onze winkel / thuisverkoop open. Er komt een Tsjechisch koortje dit Feest van de Arbeid muzikaal omkaderen. Op vrijdag 2 mei dient u, als u normaal op donderdag afhaalt, om uw pakket te gaan. Enkele uitzonderingen hierop leest u iets verder. Op zaterdag 3 mei is er een plantenbeurs in De Ceder. Wij zullen daar aanwezig zijn met onder andere plantgoed en hapjes. Kom dus zeker af en ontdek hoe prei of sla er in den beginne uitziet.

PAKKET A (€8,50 / grijs) sla <i>Krop</i> (De Groene Grond) courgette* ('t Rusthof) prei (Het Zilverleen) sojascheuten (Nederland) wortel (Hof Seghers)	PAKKET B (€11,50 / groen) sla <i>Krop</i> (De Groene Grond) courgette* ('t Rusthof) prei (Het Zilverleen) spinazie (DWM) appel <i>Jonagored</i> (Van Eyckeren K.) rabarber (Hanssens P.)	PAKKET C (€14,50 / groot) sla <i>Krop</i> (De Groene Grond) courgette* ('t Rusthof) prei (Het Zilverleen) wortel (Hof Seghers) andijvie (De Groene Grond) pastinaak (DWM) peterselie (DWM) spinazie (DWM)	PAKKET F (€8,50 / blauw) appel <i>Jonagored</i> (Van Eyckeren K.) rabarber (Hanssens P.) sinaasappel Valencia (Italië) meloen <i>Galia</i> (Marokko)
--	--	--	--

* = in omschakeling naar biologische teelt

Vooruitblik week 18 Website
woensdag vanaf 18u

OP HET FEEST VAN DE ARBEID is onze thuisverkoop open van 14u tot 19u. Om 17u is er een optreden van frisse Tsjechische jongens en meisjes. Zij vormen een koortje en zingen gratis voor ons. Buiten bij mooi weer, binnen bij kou of regen. En de winkel zorgt voor een simpele self-service-bar met thee, bier of een sapje. Wou u al lang onze thuisverkoop eens bezoeken? Doe dat op 1 mei. Houdt u van Tsjechische nachtegalen? Welkom op donderdag 1 mei!

OP DIEZELFDE DONDERDAG 1 MEI hebben uw dephouders een verdiende vrije dag. **Bijna al onze donderdagdepots zullen op vrijdag 2 mei bevoorrad worden.** Afhaling dient dus te gebeuren op vrijdag 2 mei. Twee uitzonderingen hierop zijn Het Gouden Hoofd en lunchcafé Walry. In **Het Gouden Hoofd** worden de pakketten van donderdag 1 mei op **woensdag 30 april** geleverd. **Lunchcafé Walry** is zowel op 1 mei als op 2 mei gesloten. De pakketten worden, tenzij persoonlijk anders afgesproken, verschoven naar Het Gouden Hoofd (met afhaling dus op woensdag 30 april).

PLANTENBEURS REGIO LEIE – SCHELDE: Op zaterdag 3 mei bent u van 10u tot 18u welkom in De Ceder, Parijsestraat 34 in Astene. Er zullen heel wat standhouders uit binnen- en buitenland aanwezig zijn. Wij bemannen een biostandje met o.a. plantgoed en hapjes. Er zijn workshops, tentoonstellingen, infostands en kindersanimatie voorzien. Dit alles wordt georganiseerd door V.Z.W. De Vlaamse Vaste Planten Vereniging, een liefhebbersvereniging van vaste planten.

RECEPT 1: Sla lucis (<http://www.receptueel.nl>)

Ingrediënten: ruim 1 dl olie – 3 teentjes knoflook – 5 boterhammen in blokjes – 1 grote krop sla – 6 el geraspte parmezaan – 2 hardgekookte fijngesneden eieren – 4 ansjovisfilets – 4 el olijfolie – sap van 1/2 citroen – 2 teentjes knoflook – 1 tl Dijonmosterd – 1/2 tl suiker – zout & peper

Verhit de olie, leg 3 teentjes erin en plet ze met een vork. Verwijder de teentjes en bak de dobbeltjes brood knapperig, laat uitlekken op keukenpapier. Was en droog de sla, breek de bladeren in stukjes. Saus maken: pers de ansjovis (op enkele reepjes na voor de garnering) door de knoflookpers, pers er dan 2 teentjes knoflook door. Dan de mosterd, suiker, zout en peper erdoor mengen met een vork. Hussel de sla met saus en kaas, strooi de gesneden eieren erover en doe de croutons er boven op. Garneren met reepjes ansjovis.

RECEPT 2: Tarte tatin van kip en courgette (<http://www.tournedos.nl>)

Ingrediënten: 250 g kipfilet – 1 courgette – 10 groene met piment gevulde olijven – 4 plakjes bladerdeeg – 1/8 liter room – zout & peper – tijm – Parmezaanse kaas – 1 teentje knoflook

Snij de kipfilet in stukjes en de courgette in plakjes. Verhit de olijfolie in een braadpan en roerbak de kip en de courgette 4'. Voeg de fijngemaakte knoflook toe en bak nog 1' door. Zet het vuur uit en voeg naar smaak zout en peper toe. Meng er de doormidden gesneden olijven, 1 1/2 el tijm, 4 el Parmezaanse kaas en de room door en doe alles over in een ingevette platte ovenschotel. Laat het bladerdeeg ontdooien, rol het uit tot een lap die op de schotel past, prik er gaatjes in, bestrijk het met melk en strooi er rijkelijk tijm en Parmezaanse kaas over. Zet de schotel 30' in een op 200°C voorverwarde oven.

RECEPT 3: Stampot van gegrilde en rauwe prei (<http://www.jerryke.be>)

Ingrediënten: 600 g kruimige aardappelen – 3 stengels prei – 1 el olijfolie – 100 ml halfvolle melk – 2 el room (halfvet) – 100 g harde geitenkaas, in kleine blokjes – 3 zongedroogde tomaten in olie, in stukjes

Aardappelen schillen, in stukken snijden en in pan met bodempje water en zout naar smaak afgedekt in 20' gaarkoken. Intussen prei schoonmaken. Van prei grootste gedeelte in dikke schuine ringen van 1 cm snijden, klein stukje in zeer dunne ringetjes snijden (wordt rauw in stampot verwerkt). Grillpan verhitten. Dikke schuine preiringen dun met olie bestrijken en lichtbruin en net gaar roosteren, af en toe keren. Melk verwarmen. Aardappels afgieten en met melk fijnstampen. Room, geroosterde dikke preiringen, rauwe dunne preiringetjes en geitenkaas door aardappelpuree scheppen. Stampot over twee borden verdelen. Met tomaatstukjes garneren.

– Viola–