

Bio pakket

infobrief week 39



Astene, dinsdag 23 september 2008

Beste abonnee

Al is het in de zon nog lekker warm, de herfst laat zich voelen en ruiken. Maar onze boeren weten nog van geen wijken en blijven bedrijvig op het veld. Ze hebben voor u het volgende geogst.

PAKKET A (€8,50 / grijs)	PAKKET B (€11,50 / groen)	PAKKET C (€14,50 / groot)	PAKKET F (€8,50 / blauw)
paksoi (Het Zilverleen)	paksoi (Het Zilverleen)	pompoen <i>Groen</i> (DWM)	appel <i>Initial</i> (Raeymaekers S.)
pompoen <i>Groen</i> (DWM)	pompoen <i>Groen</i> (DWM)	prei (DWM)	peer <i>Légipont</i> (De Drie Wilgen)
radicchio (DWM)	radicchio (DWM)	kropsla <i>Mini</i> (DWM)	pompelmoes <i>Roze</i> (Z-Afrika)
prei (DWM)	wortel (DWM)	suikermaïs (DWM)	ananas (Ghana)
	venkel (DWM)	venkel (DWM)	banaan (Dom. Rep.)
	peer <i>Légipont</i> (De Drie Wilgen)	wortel (DWM)	
	banaan (Dom. Rep.)		

Vooruitblik week 40 Website
woensdag vanaf 18u

FRUITPAKKETTEN VAN DEZE WEEK

Zoals in vorige infobrief beloofd is er deze week voor alle fruitpakketten een compensatie voorzien voor de meloenen van week 37. Deze compensatie bestaat uit een ananas.

GROENTEPAKKETTEN VAN DEZE WEEK

In alle groentepakketten zit deze week groene pompoen van eigen teelt, groot en dus zwaar. Om het gewicht per bak niet te zwaar te maken voor onze pakkettenmakers en chauffeur, hebben we de pompoenen apart gehouden en bieden we ze in een aparte bak aan. Al wie een A, B of C-pakket heeft kan daar één pompoen uit nemen.

AFHAALPUNT HANSBEKE

Dit afhaalpunt zal eind september sluiten. Dinsdag 30/9 is de laatste levering van uw pakket in de Zandestraat 1.

Hierbij willen we Steffi danken voor het jarenlang openstellen van haar huis.

We hebben een goed alternatief: vanaf dinsdag 7/10 zal uw pakket klaar staan in Hansbekedorp 23 bij Ann, op 300m van het huidige adres.

PAKSOI (*Brassica campestris* var. *Chinensis*) is een groente. Het lijkt zelfs een beetje op warmoes. Qua smaak heeft het echter meer weg van Chinese kool (var. *Pekinesis*). De gehele plant is geschikt voor consumptie, zowel de groene (ietwat taaiere) bladeren als de witte, sappige nerven. Paksoi is gemakkelijk en snel te bereiden, in reepjes te stomen of te koken. Kruiden kan met karwijzaad, dille, peper, en eventueel wat sojasaus. Heerlijk met witte saus, kaassaus of tomatensaus.

RECEPT 1: Paksoi met macaroni en ei voor 2 personen (<http://www.odin.nl/>)

Ingrediënten: paksoi, in smalle reepjes gesneden – 1 ui, gesnipperd – een klont boter of een scheutje olie – scheutje melk – 2 eieren – 1/2 theel. tijm – peper en zout – macaroni of een andere pastasoort – evt. 3 eetl. tomatenpuree – evt. geraspte kaas.

Fruit de ui in boter en voeg de paksoi er beetje bij beetje aan toe. Kook ondertussen de macaroni beetgaar. Bak van de eieren roerei met een scheutje melk, tijm, peper en zout erdoor geklopt. Snijd het roerei in kleine stukjes of brokjes en meng dit met de paksoi door de gekookte macaroni. Naar wens kunt u er ook tomatenpuree of geraspte kaas door mengen.

RECEPT 2: Gegratineerde paksoi (<http://www.agf.nl/info/paksoi.html>)

Ingrediënten: 1 paksoi – 2 dl bouillon – 100 g geraspte kaas – boter – potje zure room – peterselie – 1 ui – peper & zout.

Was de bladeren en snijd ze in niet te smalle reepjes. Kook die enkele minuten in de bouillon en laat ze dan uitlekken. Beboter een ovenvaste schotel en leg daarin laag om laag paksoi, geraspte kaas en klontjes boter. Zorg dat de laatste laag uit paksoi bestaat. Meng door de zure room de peterselie, het gesnipperde uitje, peper en zout. Leg de room op de groente en bestrooi met kaas. Schuif de schotel in een voorverwarmde oven (220°C) en bak 10'. Lekker met aardappelpuree.

RECEPT 3: Gebraseerde venkel (<http://www.goldweb.nl/culinair/aardgr/ag044.htm>)

Ingrediënten: 4 venkelknollen – 1/2 liter kippebouillon – 1 eetlepel tomatenpuree – 1 ui – 1 wortel – 50 gram gerookt spek – 25 gram bloem – zout, peper – 150 gram boter.

Schil de ui en maak de wortel schoon. Snijd ze beide in brunoise (kleine blokjes). Smelt 100 gram boter in een pan, voeg de groenten toe en en sauteer ze. Als ze bruin zijn, voegen we tomatenpuree en bloem toe, roeren goed en sauteren nog even totdat de bloem bruin wordt. Voeg dan de bouillon toe en breng de saus op smaak en laat ze zachtjes 20 minuten koken. Maak ondertussen de venkel schoon, snij de knollen in vieren en was ze. Blancheer ze 2 minuten in kokend water en spoel ze onder de koude kraan af. Snij het spek in kleine juliënne (reepjes). Smelt de rest van de boter in een pan en sauteer hierin het spek, zonder dat het droog wordt. Doe het spek met het vocht in een ovenvaste schaal. Leg hierop de stukken venkel. Passeer de saus door een zeef en schenk ze over de venkel. Zet de schaal 35 minuten in een oven van 220 graden C.

– Dina –