

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van donderdag 7 februari 2019

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 6

deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Pompoen stukjes
2. Winterpeen
3. Bindsla + cherrytomaat
4. Witte kool + rode uien + rode peper

RECEPTEN

Pittige pompoensoep



Ingrediënten (4 pers)

- 1 pompoen
- 2 uien
- 2 tenen knoflook
- 1 rode peper
- 3 el zonnebloemolie
- 2 tl kerriepoeder
- 800 ml kippenbouillon
- 4 el cremefraiche (bekertje 125 ml)

Bereiding:

Halveer de pompoen in de lengte. Verwijder de zaden en de draderige binnenkant van de pompoen en snijd met een scherp mes de schil eraf. Snijd het vruchtvlees van de pompoen in blokjes van 2 cm. Snijd de ui in parte3n en de knoflook fijn. Snijd het steeltje van de rode peper. Halveer de peper in de lengte en verwijder met een scherp mesje de zaadlijsten. Snijd het vruchtvlees klein. Verhit de olie in een ruime pan met dikke bodem. Fruit de peper, knoflook, ui en kerrie 2 min. op middelhoog vuur. Voeg de pompoen toe en bak al omscheppend 2 min. Voeg de bouillon toe, breng aan

de kook en laat op laag vuur 15 min pruttelen. Haal de pan vh vuur en pureer met staafmixer. Schep de soep in kommen. Maak af met creme fraiche.

Roergebakken witte kool met cashewnoten



Ingrediënten (2pers)

- 1 kleine witte kool van ca.400 gram
- 3 cm gemberwortel in plakjes
- 1 rode ui, fijngehakt
- 1 teentje knoflook fijngehakt
- Zonnebloem of arachideolie
- 1 el oestersaus(mag ook extra soja saus zijn)
- 1 el sojasaus
- 1 rode peper
- 50 gram gehakte cashewnoten

Bereiding:

Verwijder de buitenste bladeren van de witte kool. Halveer de kool, verwijder de harde kern en schaaft de kool fijn. Er is zo'n 600 - 750 gram voor vier personen nodig Bewaar de overgebleven kool in vershoudfolie in de groentelade van de koelkast voor een salade voor de volgende dag of voor later in de week Verhit een wok, voeg de olie toe en bak de plakjes gemberwortel, met de ui en knoflook 1-2 minuten. Voeg de geschaafde kool met de oestersaus en de sojasaus toe Roerbak samen 5-8 minuten. Verwijder de plakjes gemberwortel. Breng op smaak met zout en in ringetjes gesneden rode peper. Bestrooi met de gehakte cashewnoten. Lekker bij zilvervriesijst..

MEDEDELINGEN

Theeschenerij Oldenhof is aanstaande zondag 10 februari weer geopend van 12.00 tot 17.00 uur!!

U bent van harte welkom aan de van Heeksbleeklaan 25. Er is een wandelpad van de boerderij de Viermarken naar de Oldenhof.

Beste klant,

Zoals vorige week te lezen was in onze nieuwsbrief, hier nog even ter herinnering de prijswijzigingen van onze groentepakketten per 1 maart:

	Nieuwe prijs
1 pers. pakket	€ 7,00
2 pers. pakket	€ 10,00
3 pers. pakket	€ 12,50
4 pers. pakket	€ 15,00

Let op: Afzeggen pakket:

Afzeggen van het pakket: Vòòr maandag i.v.m. onze winterplanning en inkoop.

Bij voorkeur per mail naar: winkel@viermarken.nl of telefonisch op telnr.: 053-4359572 bij Mirjam Janse

De afzegging is pas officieel wanneer u van ons een bevestiging heeft ontvangen.

Heeft u uw e-mail nog niet doorgegeven? Dit kan natuurlijk alsnog: winkel@viermarken.nl

WINKEL

Openingstijden boerderijwinkel:

Za/Zo: Gesloten
Ma: 08.30 – 16.30
Di/wo/do/vrij: 08.30 – 16.30 uur
Bij mooi weer is ons **terras** geopend tot 16.00 uur!!

