

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van donderdag 14 februari 2019

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 7
deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. **Yacon+ui**
2. **Boerenkool**
3. **Zoete bataat**
4. **Bindsla**
5. **Rode puntpaprika**

RECEPTEN

Lauwarme salade met Yacon (maaltijd salade)



Ingrediënten (4 pers)

4 aardappelen
2 winterpenen of 4 ons van je favoriete kookgroente
1 flinke ui
1 kuipje sajoer boontjes boembou van Conimex
6 ons Yacon
½ ons flinterdun gesneden prei
½ bosje platte of krulpeterselie
2 ons rucola of Japanse raapsteel
2 eieren
Olijfolie
Dille en Chili poeder

Bereiding:

Snij de aardappelen en winterpenen (kookgroente) in blokjes en kook ze in ruim kokend water bijtgaar in 4 minuten. Verwarm ondertussen de olijfolie in een koekenpan en snij de Yacon in stukjes. Schep de groente en aardappelen na 4 minuten uit het kokende water en bak ze in de olijfolie, na twee minuten kan de gesneden ui er bij. Zodra de aardappelblokjes bruin zijn kan de Sajoer Boontjes pasta en 3

el. water in de koekenpan. Kook ondertussen de blokjes Yacon in het kokende water, schep ze er na 3 minuten uit en doe ze bij de rest in de koekenpan. Schep de salade in de koekenpan voorzichtig door zodat de aardappelblokjes heel blijven en zet de warmtebron uit. Nu kun je het kokende water gebruiken om de eieren te koken. Je kunt nu de rauwe prei reepjes en de peterselie er door doen. Bewaar er een beetje van ter decoratie. Na 5 minuten afkoelen kan je in een schaal de sla er door scheppen. Halveer de eieren en leg ze boven op de salade. Decoreer de salade met de peterselie en preireepjes. En strooi er naar smaak dille en Chili poeder over.

Zoete aardappel stampot met Boerenkool



Ingrediënten (2 pers)

2 grote zoete aardappelen
200 gram boerenkool (met paprika, rode ui en rode peper)
1 theelepel baharat (Jonnie boer kruiden)
1 appel
zout
boter
Parmezaanse kaas vlokken

Bereiding:

Kook de boerenkool zo'n 25 minuten. Giet dan af. Schil ondertussen de zoete aardappelen en snijd ze in gelijke stukken. Kook ze zo'n 20-tal minuten tot ze gaar zijn. Giet dan af. Snijd ondertussen ook een appeltje in grove stukken. Verwarm een pannetje met een beetje boter en bak de appel

twee minuten op. Pureer de zoete aardappel met de pureestamper. Kruid bij met wat zout en Baharat kruiden. Roer er de boerenkool en appel doorheen. Werk af met wat kaasvlokken.

MEDEDELINGEN

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!!

