

Beste mensen,

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

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 11

deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Bosbietjes
2. Zoete aardappel
3. Gedroogde bonen
4. Bindsla
5. Komkommer
6. Courgette + rode peper

RECEPTEN

Bietjes met zoete aardappel en geitenkaas (vegetarisch)



Ingrediënten (4 pers)

1 kg Zoete aardappelen
500 g gekookte bietjes
150 g zachte geitenkaas
2 sjalotten
Zout en peper naar smaak

Bereiding:

Verwarm eerst de oven voor op 200 graden. Schil intussen de zoete aardappel 4en snijd ze in blokjes. Snijd vervolgens ook de bietjes in blokjes. Snipper hierna de sjalotten. Pak een braadslee of ovenschaal en doe hier alle ingrediënten in. Roer alles met je handen door elkaar heen. Sprengel er wat olijfolie overheen en voeg zout en peper naar smaak toe. Meng alles weer even goed door elkaar heen met je handen. Brokkel met je handen als laatste de zachte geitenkaas in stukjes en verdeel dit over de groenten. Schuif de ovenschaal vervolgens voor 45

minuten in het midden van de oven. Het gerecht is gaar wanneer de zoete aardappel zacht is als je er met een vork inprikt.

Bulgaarse ovenschotel met kievitsbonen/heilige boontjes (vegetarisch)



Ingrediënten: (2 pers)

150 gr
2-3 kruidnagels
3-4 el olie
Zout en peper
1 el oregano of enkele kievitsbonen gedroogd
2 wortelen in plakjes
½ ui gesnipperd
½ groene paprika gesnipperd
½ rode paprika gesnipperd
1 stengel gehakte bleekselderij
Knoflook takjes tijm

Bereiding:

Doe de bonen in een pan, zet ze onder water en laat ze ca 8 uur of langer weken. Kook ze 's avonds gedurende 15 min en giet ze af. Doe de bonen in een hoge aardewerken ovenschaal. Doe alle ingrediënten erbij en vul de ovenschaal tot 3 cm onder de rand met water. Zet de schaal in een koude oven en verwarm deze tot 250 graden, draai als het water kookt de temperatuur terug naar 100 graden. Laat dit de hele nacht zachtjes pruttelen het mag niet echt koken.

MEDEDELINGEN

Eerste lammetjes geboren op de Viermarken. De lente is in aantocht!!



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!!

