

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van maandag 31 mei 2021

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 22

deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Sla van eigen land
2. Zoete Bataat
3. Broccoli
4. Meiraap van eigen land
5. Komkommer

RECEPTEN

Indiase curry met kokosmelk, kip en meirapen



Ingrediënten (4 pers)

450 g meiraap
1 tl zout
1 ui
1 teen knoflook
5 el zonnebloemolie
3 el Euroma Original spices by Jonne Boer Curry madras
4 cm verse gember
350 g kipfiletblokjes
400 ml kokosmelk
1 stengel citroengras (sereh)
8 g verse koriander
100 g verse peultjes
1 rode peper

Bereiding:

Was de meirapen en verwijder met een scherp mes het loof en de wortels. Snijd de meirapen in parten en prik een paar keer in met een vork. Doe in een vergiet en bestrooi met het zout. Laat 10 min. uitlekken. Spoel het zout eraf en dep droog met keukenpapier. Snipper ondertussen de ui en snijd de knoflook fijn. Verhit 3 el olie in een koekenpan en bak de

meiraap op middelhoog vuur in 20 min. goudbruin en knapperig. Keer regelmatig. Schep de meiraap uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier. Verhit ondertussen de rest van de olie in een wok en fruit de ui en knoflook met de curry madras 2 min. Schil en rasp de gember en voeg toe aan het currymengsel. Voeg de kipfiletblokjes toe en roerbak 3 min. op middelhoog vuur. Schenk de kokosmelk erbij. Kneus het citroengras met het lemmet van een mes en snijd de koriander fijn. Voeg het citroengras en de helft van de koriander toe aan het currymengsel en laat 15 min. met de deksel op de pan op laag vuur stoven. Voeg na 10 min. de peultjes toe en de laatste 2 min. de meiraap. Breng eventueel op smaak met zout. Snijd het steeltje van de rode peper en halveer de peper in de lengte. Verwijder met een scherp mesje de zaadlijsten. Snijd het vruchtvlees fijn. Verwijder het citroengras en verdeel de curry over de borden. Bestrooi met de rode peper en verdeel de rest van de koriander erover.

Zomerstampot met zoete aardappel, erwten en kip



Ingrediënten:(4 pers.)

5 zoete aardappelen of gewone aardappelen
200 gr tuinerwten
2 stengels bosui
1 gerookte kipfilet
7 el Hüttenkäse
100 gr ijsbergsla
Beetje melk
1 halve rode peper
Chilipeper en zout

Bereiding:

Zet een pan met flink veel water op het vuur en zorg dat het kookt. Boen de zoete aardappelen goed schoon en snijd in gelijke plakjes of blokjes. Kook de zoete aardappel in 15 min gaar. Voeg de tuinerwten de laatste 2 min

nog toe. Snijd de bosui in reepjes en doe hetzelfde met de gerookte kip. Als de aardappelen gaar zijn giet je ze samen met de tuinerwten af. Voeg 3 lepels Hüttenkäse en de bosui toe (hou een beetje apart voor de garnering). Snijd de rode peper in dunne reepjes en voeg dit toe. Wanneer je graag pittig eet, voeg dan de hele peper toe. Breng de stampot op smaak met zout. Stamp de ingrediënten tot een smeuvige massa. Wordt het niet smeuvig genoeg, voeg dan een beetje melk toe. Schep de ijsbergsla en kipreepjes erdoor. Neem vier diepe borden en schep de stampot erop. Garneer met de overgebleven Hüttenkäse en naar smaak nog een beetje chilipeper.

MEDEDELINGEN

Wilt u het pakket eens een weekje overslaan?

Dat is geen probleem en kan telefonisch, via de mail of website:

Dinsdagpakketklant: Graag afmelden voor donderdag.

Donderdagpakketklant: Graag afmelden voor maandag.

Lukt het niet om tijdig af te melden? Dan zijn wij helaas genoodzaakt om 50% van het pakket in rekening te brengen. Dat is natuurlijk super zonde! Wat daarom ook mogelijk is, is om een vriend of bekende eens te verrassen met uw verse groentepakket en deze het pakket af te laten halen wanneer u hiervoor zelf niet in de gelegenheid bent.

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.

WINKEL

Let op: Openingstijden winkel gewijzigd!!

Openingstijden boerderijwinkel

Za/Zo/:	Gesloten
Ma/Di/ Wo:	13.00 – 16.30 uur
Do en Vr:	08.30 – 16.30 uur

