

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van maandag 8 november 2021

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 45

deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Zuurkool uit het vat
2. Wortelmix
3. Sla of Andijvie
4. Flespompoen
5. Kruidenbosje

De samenstelling van het groentepakket kan afwijken van het bovengenoemde. Wij vragen hiervoor uw begrip.

RECEPTEN

Surinaamse zuurkool uit het vat



Ingrediënten: (4 pers)

750 gram vatverse zuurkool
2 rookworsten
2 medium grote uien
2 grote tomaten in blokjes ontveld
1 tl paprikapoeder
½ tl suiker
½ cayennepeper
2 tl tomatenpuree
2 laurierblaadjes
3 tenen knoflook fijn gehakt
25 g margarine
1 deciliter water
Beetje zout

Bereiding:

Zet de zuurkool op met zoveel water dat de zuurkool net niet onder water staat. Bestrooi de zuurkool met suiker en peper. Voeg de laurierblaadjes

toe. Kook de zuurkool 15 minuten. Giet de zuurkool af. Verwijder het vel van de worsten en snij deze in halve maantjes. Bak de rookworst in de margarine bruin, voeg de gesnipperde ui, gehakte knoflook en in blokjes gesneden tomaat toe. Bestrooi het geheel met ruim peper, paprikapoeder, cayennepeper, voeg de tomatenpuree toe, schep het geheel goed om. Voeg het water toe en laat het geheel 10 minuten goed doorstoven. Pak een ruime schaal en doe daar de zuurkool in. Schep het worst en kruidenmengsel door de zuurkool en zet nog even terug op het vuur, even omscheppen om het goed door te warmen. Kook de rijst, het liefst een droge grote korrel, bv Basmati rijst.

Geroosterde flespompoen



Ingrediënten: (4 pers)

850 gram flespompoen
3 el traditionele olijfolie
2 tl komijnzaad
1 tl grof zeezout

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 200 °C. Was de pompoen en halveer in de lengte. Verwijder de zaden en draderige binnenkant met een lepel, laat de schil zitten. Snijd beide helften in plakken van 2 cm. Meng de pompoen met de olie en het komijnzaad en verdeel over een met bakpapier beklede bakplaat. Bak de pompoen 20 min. in de oven. Bestrooi voor het serveren met het zeezout.
Lekker met kip uit de oven!!

MEDEDELINGEN

Lamsvlees en Varkens vlees van eigen dieren:

In december hebben wij weer volop lams- en varkens vlees van eigen dieren. Wilt u voor de feestdagen vlees reserveren, geef dit dan tijdig door aan onze winkelmedewerkers of bel/mail ons .

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

