

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 6 mei 2022

### SAMENSTELLING PAKKET WEEK 19

deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Spinazie
2. Paksoi/Chinese kool
3. Bospeen
4. Nog niet bekend
5. Nog niet bekend

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

### RECEPTEN

#### Salade van Chinese kool en groene asperges met een dressing van sinaasappel



**Ingrediënten:** (2-4 pers)

halve Chinese kool (of spitskool)  
5 groene asperges  
1 of 2 lente-uitjes  
sap van een halve sinaasappel  
rasp van een hele sinaasappel  
3 eetlepels lekkere extra vierge olijfolie  
1 eetlepel agave siroop  
1 theelepel mosterd  
lekker veel zwarte peper  
handje pistachenoten

#### Bereiding:

Snij de kool in hele dunne reepjes en was deze goed. Snij de onderkanten van de asperges af en maak van de rest hele dunne schijfjes. Voeg samen in een schaal. Eroverheen schenk je

een dressing die je maakt van sinaasappelsap, olijfolie, mosterd, agavesiroop en peper. Eindig met wat ringetjes lente-ui, citroenrasp en nootjes. De salade wordt lekkerder als je hem even laat staan voor het serveren; de zuren uit de sinaasappel maken de koolbladeren dan wat zachter.

#### Risotto met Bospeen



**Ingrediënten** (4 pers):

2 sjalotten, gesnipperd  
1 teen knoflook, fijngehakt  
3 el zonnebloemolie  
300 g risottorijst  
1 l wortelsap  
12 bospenen  
100 g roomboter  
2 el olijfolie  
4 eieren  
1 liter water  
1 scheut azijn

#### Bereiding:

Verwarm de oven voor op 180 graden. Fruit de sjalot en knoflook aan de olie op een laag vuur. Voeg zodra de ui glazig is de risottorijst toe en laat mee fruiten tot de korrels doorzichtig worden. Voeg in 4 delen het wortelsap toe terwijl je in de risotto blijft roeren. Snij intussen het loof van de bospenen en was ze. Droog de penen af en meng de groente met olijfolie en peper en zout. Leg alles op een bakplaat met bakpapier en rooster de penen 20 minuten in de voorverwarmde oven. Maak de risotto af met boter, peper en zout. Breek de eieren in 4 aparte

bakjes of bekertjes. Breng het water aan de kook. Voeg een scheutje azijn toe en zet iets lager tot het water tegen de kook aan zit. Laat de eieren een voor een in het water zakken en pocheer de eieren in 3-4 minuten tot het wit gestold is en de dooier nog zacht. Schep de risotto op een bord, met de bospeen en leg op het laatste moment het gepocheerde eitje op de risotto.

### WINKEL

#### Wilt u uw pakket een week overslaan?

Dat kan u melden via de website, via [winkel@viermarken.nl](mailto:winkel@viermarken.nl) of telefonisch op telnr. 053-4359572

**Dinsdagklanten:** Graag uw pakket afmelden voor donderdag.

**Donderdagklanten:** Graag uw pakket afmelden voor maandag.

#### Dit i.v.m. onze planning en eventuele inkoop.

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

#### Openingstijden boerderijwinkel

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

