

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 3 juni 2022

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 23

deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Rode eikenbladsla
2. Aubergine
3. Zoete bataat
4. Prei
5. Rucola

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

MEDEDELINGEN

Ze zijn er weer!! Onze overheerlijke Aardbeien!



Andere heerlijke groenten van eigen land:

- Peultjes
- Diverse sla soorten
- Snijbiet
- Diverse bieten
- Spinazie

RECEPTEN

Moussaka met zoete aardappel



Ingrediënten:(4 pers)

500 g zoete aardappelen
2 aubergines
1 grote ui
3 tenen knoflook
4 el milde olijfolie 500 g rundergehakt
11/2 tl gemalen kaneel
2 tl gedroogde oregano
70 g tomatenpuree in blikje
150 ml rode wijn
60 g ongezuouten roomboter
150 ml water
60 g tarwebloem
Halve liter Volle melk
100 g Pecorino Romano
½ tl nootmuskaat
2 middelgrote eieren

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 180 °C. Schil de zoete aardappelen en kook 15 min. Laat wat afkoelen en snijd in plakken van een ½ cm dik. Snipper ondertussen de ui fijn. Hak de knoflook fijn.

Verhit de helft van de olie in een grote koekenpan en fruit de ui en knoflook 5 min. op laag vuur. Zet het vuur middelhoog, voeg het gehakt met de kaneel en oregano toe en bak in 5 min. rul. Zet het vuur laag en voeg de tomatenpuree, wijn en het water toe. Laat op laag vuur 30 min. zonder deksel pruttelen. Breng op smaak met peper en eventueel zout.

Snijd ondertussen de aubergines in de lengte in plakken van een ½ cm dik. Bestrijk de plakken met behulp van het bakkwastje aan beide kanten met de rest van de olie. Bestrooi met peper en eventueel zout. Leg op een met bakpapier beklede bakplaat en laat in ca. 20 min. gaar worden in de oven. Keer halverwege om.

Smelt ondertussen de boter in een steelpan. Voeg de bloem toe en laat 5 min. garen op laag vuur (roux). Voeg al roerend met een garde de

melk toe, breng al roerend aan de kook en laat op laag vuur 5 min. zachtjes koken. Rasp de kaas en voeg toe aan de bechamelsaus. Breng op smaak met peper, eventueel zout en de geraspte nootmuskaat. Haal van het vuur. Klop de eieren los en roer door de saus.

Verdeel achtereenvolgens ⅓ van de aubergineplakken, ⅓ van de zoete aardappel en de helft van het vlees over de ovenschaal. Herhaal. Eindig met de rest van de aubergine en de rest van de aardappel. Verdeel de saus erover en bak ca. 45 min. in de oven. Laat voor serveren 15 min. afkoelen.

Ingrediënten (2/3 pers):

Bereiding:

WINKEL

Wilt u uw pakket een week overslaan?

Dat kan u melden via de website, via 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

