

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 10 juni 2022

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 24

deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Snijbiet
2. Spitskool
3. Koolrabi
4. Kastanjechampignons
5. Bosui

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

MEDEDELINGEN



de viermarken
Open dag
Zondag 19 juni
12.00-17.00 uur

Theeschenkerij De Oldenhof
Live muziek
Kinder activiteiten
Biologische- en streekproducten
Workshops

Viermarkenweg 85, 7522 LC Enschede
www.viermarken.nl · info@viermarken.nl
Volg ons op Facebook!

RECEPTEN

Regenboogsnijbiet met tomaat



Ingrediënten: (4 pers)

400 gram snijbiet of regenboog snijbiet die laatste ziet er vooral heel leuk uit
125 ml olijfolie
5 teentjes knoflook
1 kleine ui
1 citroen schaaft er 2 dunne schilletjes af en gebruik 1 eetlepel sap
3 takjes verse origano
300 gram romatomen, die goed rijp zijn
120 gram lekkere groene ontpitten olijven
5 gram verse basilicum naar smaak peper & zout

Bereiding:

Was de snijbiet en haal de bladeren van de stelen, snijd ze in kleine stukjes bak ze in koekenpan in een theelepeltje olijfolie gedurende 4 minuten, snijd de bladen ook kleine reepjes, voeg ze toe bij de stelen en bak ze nog 3 minuten, doe ze in een schaal en leg er even een bord over heen. Veeg de net gebruikte pan schoon en doe er 90 ml olijfolie in, doe er de in dunne plakken gesneden knoflook, de gesneden ui, het citroenschilletje en de origano in, bak dit mengsel gedurende 12 minuten. Voeg de tomaten toe met wat zout en peper doe dit ongeveer 2 minuten. Roer nu de snijbiet erdoorheen en de groene olijven en laat de pan even 5 minuten staan zonder vuur. Doe de groente in een schaal en voeg het citroensap toe en alvorens hem te serveren ook de basilicum blaadjes en voeg naar smaak peper & zout toe.

Fusilli met kastanjechampignons, koolrabi en verse peterselie



Ingrediënten (2 pers):

2 knoflooktenen
250 g Kastanjechampignons

3 takjes verse bladpeterselie
1 ui
3 el kookroom
1 koolrabi
180 g Fusilli pasta
50 g geraspte Pecorino
1 groentebouillonblokje
2 el olijfolie

Bereiding:

Kook 500 ml water per persoon met het bouillonblokje in een pan met deksel voor de Fusilli. Snijd of pers de knoflook fijn. Snipper de ui. Snijd de kastanjechampignons in plakken. Schil de koolrabi en snijd in blokjes van 1 cm. Snijd of hak de peterselie fijn. Kook de fusilli, afgedekt, 10 minuten en giet daarna af. Verhit de olijfolie in een wok of hapjespan en fruit de knoflook en ui 2 minuten op middelmatig vuur. Voeg de koolrabi toe en bak 10 minuten op laag vuur. Voeg halverwege de kastanjechampignons toe. Voeg de kookroom, helft van de pecorino, helft van de peterselie en de fusilli toe aan de wok of hapjespan en bak 2 minuten mee. Breng op smaak met peper. Verdeel de pasta over de borden en garneer met de overige pecorino en peterselie.

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 |

