

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 26 augustus 2022

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 35

deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Eikenbladsla
2. Paksoi/Snijbiet
3. Gesneden rode kool
4. Vruchtgewas
5. Peper

MEDEDELINGEN

Nu in onze winkel:

Biologische Soepkippen: € 8,50
BBQ-pakketjes € 7,50

Verder een assortiment kip en rundvlees producten en Lams- en varkensvlees van eigen dieren. Heerlijke saucijzen en speklapjes!!

RECEPTEN

Paksoi met tofu en Tarly



Ingrediënten: (2 pers)

- 1 pak Tarly
- 2 struikjes Paksoi
- 1 rode peper
- 2 el olie
- 1 bakje tofu roerbak pittig
- 4 el ketjap manis
- 50 g gezouten cashewnoten

Bereiding:

In pan met ruim water tarly met zout in ca. 12 minuten gaarkoken. Paksoi in reepjes snijden, wassen en in vergiet laten uitlekken. Peper wassen en in ringen snijden. In wok olie verhitten. Tofublokjes en peper ca. 3 minuten al omscheppend bakken. Paksoi en ketjap toevoegen en nog ca. 5 minuten roerbakken. Tarly afgieten en overdoen in schaal. Paksoi op tarly scheppen en garneren met cashewnoten.

Vegetarische rode koolsalade met noten



Ingrediënten (2 pers):

- ½ tl olie
- 65 g ongezouten macademia noten
- ¼ rode kool (300 gram)
- 10 radijsjes
- 15 gr koriander blad, grof gesneden
- 1 rode ui
- 100 g sojaboontjes edamame
- ½ rood pepertje
- 1 avocado
- Dressing:**
- 1 limoen, sap en rasp
- 1 el sojasaus
- 2 tl vissaus
- 1,5 el honing
- 1 el rijstazijn
- Grofgemalen peper

Bereiding:

Doe de macademianoten samen met ½ tl olie en ¼ tl grof zeezout in een koekenpan en rooster lichtbruin. Laat afkoelen op een vel keukenpapier. Hak grof. Maak de dressing van het sap en rasp van de limoen, lichte sojasaus,

vissaus, rijstazijn, honing en grof gemalen peper.

Snij de radijsjes en de rode ui zo dun mogelijk. Rol het pepertje stevig heen en weer over het aanrecht. Snijd het groene uiteinde eraf en klop de zaadjes eruit. Snijd in dunne ringen. Doe de rode kool, radijs koriander, pepertje en rode ui, sojabonen in een kom. Voeg de dressing toe en schep goed om. Snijd als laatste de avocado in reepjes of blokjes. Garneer met de noten.

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

