

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 8 maart 2024

MEDEDELINGEN

Theeschenkerij Oldenhof weer open op Zondag 10 Maart !!

Van 12 tot 17 uur



SAMENSTELLING PAKKET WEEK 11

Deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Andijvie
2. Trostomaat
3. Spitskool
4. Aardpeer
5. Kruidenbosje

RECEPTEN

Andijvie stampot met ketjap tempeh



Ingrediënten: (4 pers):

400 g rauwe andijvie
1,2 kg kruimige aardappels
Boter of zonnebloemolie
200 g tempeh met ketjap, in blokjes
2 tenen knoflook

100 ml magere melk of sojamelk
300 g tomaten in stukken
80 g belegen kaas geraspt
Peper en zout
Ketjap manis

Bereiding:

Kook de aardappels in 20 minuten in een bodempje gezouten water gaar met de deksel op de pan. Giet daarna af. Verhit ondertussen wat boter of olie in een pan en bak de blokjes tempeh krokant. Bak op het einde de knoflook mee. Stamp de aardappels tot een puree met de melk en een klontje boter. Roer de tempeh, cherrytomaten, rauwe andijvie en kaas door de puree en verwarm nog circa 2 minuten terwijl je af en toe roert. Breng op smaak met peper, zout en ketjap manis.

Thaise Spitskool met tomaten



Ingrediënten: (4 pers)

1 spitskool
1 ui
1-2 el currypasta (rood geel of groen)
25 g ingedikte kokosmelk
3 tomaten
olie,
paar takjes koriander
eventueel rode peper
400 g grote garnalen
pandanrijst

Bereiding:

Spoel de kool even onder de kraan, haal eventueel de buitenste bladeren even los om ze goed schoon te wassen. Halveer de kool, snijd de harde kern eruit, daarna in fijne reepjes. Pel en snipper de ui en snijd een stukje peper in ringetjes als je die gebruikt. Verwarm de olie in een wok en bak de currypasta in de hete olie. Fruit de ui kort mee en voeg de peper en spitskool toe. Bak in 5 min. Laat de santen smelten in het midden van de wok en voeg een half kopje heet water toe. Snijd de tomaten in partjes en schep ze door de spitskool, voeg ook de garnalen toe als je die gebruikt. Laat het nog 3-5 min. doorgaren. Breng op smaak met p&z. Serveer de kool direct, lekker met rijst of noedels.

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	13.00 – 16.30 uur
Wo/Do en Vr:	08.30 – 16.30 uur

