

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 19 juli 2024

## MEDEDELINGEN

### Wist u dat?

**Wij dagelijks verse Bloemen verkopen in onze winkel vanaf €2,- per boeket!!**

## SAMENSTELLING PAKKET WEEK 30

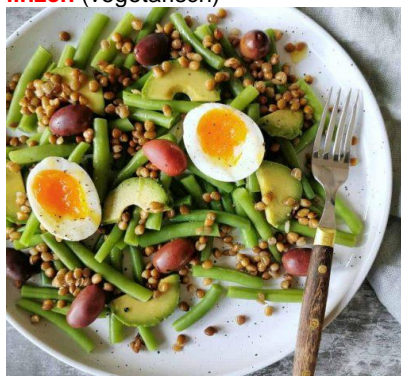
Deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Sla/Andijvie
2. Sperziebonenmix
3. Meiraap of Bosbiet
4. Wortelen
5. Gesneden Peterselie

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

## RECEPTEN

### Salade Niçoise met sperziebonen en linzen (vegetarisch)



**Ingrediënten:** (4 pers):

500 gram sperziebonen  
2 eieren  
400 gram linzen uit blik 265 gram uitlekgewicht  
15 kalamata olijven  
1 avocado

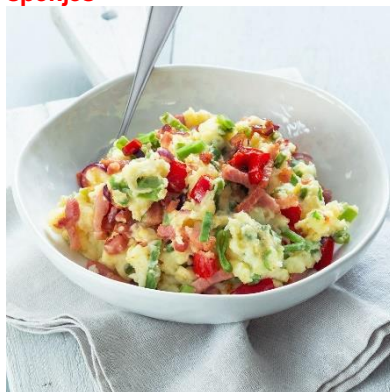
### Dressing:

1 theelepel mosterd  
1 eetlepel witte wijnazijn  
0,5 theelepel kerriepoeder  
2 eetlepels olijfolie  
zout  
peper

### Bereiding:

Kook de eieren in ruimkokend water in 8 minuten hard. Laat schrikken in koud water en laat ze even liggen. Dop intussen de sperziebonen en blancheer ze. Dit doe je door ze eerst 4 minuten te koken in ruimkokend water en daarna af te blussen in een pan of schaal met ijskoud water. De sperziebonen hebben nog een lichte bite en behouden hun mooie felle kleur. Spoel de linzen af met koud water. Doe de sperziebonen in een saladekom of verdeel over 2 borden. Verdeel de linzen en de olijven over de sperziebonen. Snij de eieren door midden en verdeel over de salade. Snij de avocado doormidden en haal de pit eruit met een theelepel. Snij beide helften met schil in plakjes en lepel vervolgens de plakjes eruit. Verdeel de avocado over de salade. Maak de dressing door de mosterd te mengen met de olijfolie, witte wijnazijn en kerriepoeder. Breng op smaak met zout en peper. Verdeel de dressing over de salade.

### Zomerstamppot met Snijbonen en spekjes



**Ingrediënten:** (4 pers):

400 g Snijbonen  
1 kg stamppot aardappels

Klontje boter  
Scheutje melk  
250 g spekjes  
2 puntpaprika's  
Peper en zout  
1 ui

### Bereiding:

Doe de aardappels in een pan met kokend water en kook 15 a 20 minuten. Kook ook de snijbonen in een pan met water in ca. 10 minuten gaar. Bak de spekjes licht krokant in een koekenpan. Snijd de puntpaprika's in reepjes en snipper de ui en bak kort mee met de spekjes. Giet de aardappels af en stamp fijn met een stamper en maak smeug met een scheut melk en klontje boter. Schep de gekookte snijbonen gevolgd met de gebakken spek, ui en paprika er door. Breng de stamppot op smaak met een snufje peper en eventueel een snufje zout.

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

