

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij
'De Viermarken' van vrijdag 26
september 2025

MEDEDELINGEN

Beste klanten,

**Ivm een teamdag is onze
winkel Vrijdag 3 oktober
GESLOTEN.**

**U kunt uw pakket woensdag 1 okt
vanaf 13 uur ophalen en donderdag
2 okt de gehele dag.**

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 40

Deze week vindt u de volgende
groenten in uw pakket:

1. Pompoensoep
2. Knolvenkel
3. Raapsteel of Sla
4. Gesneden chinese kool
5. Zakje Rucola

RECEPTEN

Wok van Chinese kool en gehakt



Ingrediënten: (4 pers)

- 1 Chinese kool
- 1 el olie
- 2 uien
- 2 teentjes knoflook
- 1 el kerriepoeder
- 100 g spekblokjes
- 400 g gehakt
- peper
- zout
- 1 el zwarte sesamzaad

Bereiding:

Pel de uien en knoflookteentjes en
snipper ze fijn. Maak de Chinese kool
schoon en snijd in fijne reepjes.
Verhit de olijfolie in de wok en fruit
hierin eventjes de uien en knoflook.
Kruid met het kerriepoeder.
Voeg de spekblokjes toe en bak mooi
bruin. Voeg het gehakt toe en bak het
rul, dit wil zeggen dat je het gehakt
gaar roerbakt in een pan met weinig
boter. Voeg de Chinese kool toe en
roerbak ongeveer 5 minuten, of tot de
kool beetgaar is. Breng het gerecht op
smaak met peper en zout, en werk af
met sesamzaadjes.
Serveer met rijst of noedels.

Venkelrisotto met citroen



Ingrediënten: (2 pers)

- 150 gr risottorijst
- 1 venkelknol
- 1 uitje
- 2 teentjes knoflook
- 50 ml witte wijn
- 500 ml groentebouillon (Maggi)
- 50 gr Parmezaanse kaas
- 1 citroen
- 1 burrata
- 2 theelepels verse peterselie
- 1 eetlepel olijfolie
- peper en zout (naar smaak)

Bereiding:

Snipper het uitje en hak de knoflook
fijn. Snijd de venkelknol in dunne
reepjes, en bewaar eventueel wat van
het venkelgroen om later te gebruiken
als garnering.
Verhit de olijfolie in een grote pan op
middelhoog vuur. Fruit het uitje en de
knoflook in de olijfolie tot ze zacht en
glazig zijn. Voeg de venkel toe en bak

deze een paar minuten mee totdat hij
wat zachter wordt.

Voeg de risottorijst toe aan de pan en
roer goed door totdat de korrels glazig
zijn. Blus af met de witte wijn en roer
totdat de wijn volledig is opgenomen
door de rijst.

Voeg een soeplepel van de warme
groentebouillon toe en roer regelmatig.
Wacht met het toevoegen van de lepel
bouillon totdat de vorige volledig is
opgenomen. Herhaal dit proces totdat
de rijst gaar is en een romige textuur
heeft, dit duurt ongeveer 20 minuten.
Het kan zijn dat je nog een beetje
bouillon over hebt.

Haal de pan van het vuur en laat de
risotto even rusten. Schep de risotto
op borden en leg op elk bord wat
stukjes burrata. Garneer met de verse
peterselie, de resterende citroenrasp
en eventueel wat van het venkelgroen.
Rasp ondertussen de schil van de
citroen en pers deze uit en voeg de
helft van het sap en de rasp toe de
risotto samen met de fijngehakte
peterselie en geraspte Parmezaanse
kaas. Breng eventueel op smaak met
wat extra peper, zout.

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

