

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 17 april 2026

MEDEDELINGEN

**Lekker in de tuin aan het werk?
We hebben nog volop zakken van
Bio Kultura in onze winkel!**



SAMENSTELLING PAKKET WEEK 17

Deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Venkel
2. Waspeen
3. Kropsla
4. Asian mix
5. Witte radijs of Kruiden

RECEPTEN

AsianSla mix gerechten



Aziatische salades, vaak gebruikt in de oosterse keuken, omvatten verschillende soorten bladgroenten zoals Rucola en bladmosterd met verschillende smaken en texturen. Ze worden gewaardeerd om hun pittige en licht bittere smaak en worden vaak gebruikt in salades, roerbakgerechten en soepen.

Bereiding:

Verse Salades : Meng verschillende soorten Aziatische salades met verse groenten, kruiden en een lichte vinaigrette voor knapperige en smaakvolle salades. Of maak een Aziatische saladekom met een pittige twist. Meng de Aziatische Salade bladeren met gekookte en afgekoelde noedels, geroosterde pinda's of cashewnoten, verse koriander en reepjes gegrilde kip of tofu. Besprenkel het geheel met een dressing van sojasaus, limoensap, sesamolie, en een snufje rode peper vlokken voor een heerlijke en pikante Aziatische salade. Je kunt mango, edamame boontjes, wortel, komkommer, radijs toevoegen.

Snelle Roerbakgerechten : Voeg bladeren van Aziatische salades toe aan roerbakgerechten voor een vleugje kleur en een pittige smaak. Ze combineren goed met knapperige groenten, tofu of mager vlees zoals kip of garnalen.

Soepen en Bouillons : Voeg mizuna- of Chinese mosterdbladeren toe aan soepen en bouillons voor extra vitamines en mineralen, evenals een licht pittige smaak.

Risotto met Venkel



Ingrediënten: (4 pers.)

50 gram roomboter
olijfolie
1 ui
2 venkel
320 gram risottorijst
2 blokjes groentebouillon + 1 liter kokend water
100 gram creme fraiche
75 gram parmezaanse kaas

Bereiding:

Snij de ui fijn en bak deze ongeveer 2 minuten in 25 gram boter en voeg dan de risottorijst toe. Roer goed door en bak de risotto ongeveer 1-2 minuten totdat deze glazig oogt.

Was de venkel, verwijder de harde kern en snij de venkelknollen in kleine stukjes. Voeg toe aan de risotto en bak een paar minuten mee.

Maak de groente bouillon en blus de risotto af met een flinke scheut groente bouillon en blijf goed roeren. Zet je pan nu wat lager, op middenhoog vuur. Als je bouillon verdampt is, giet je wat nieuwe bouillon bij de rijst totdat deze net onder water staat. Roer de rijst goed door en laat de bouillon opgenomen worden door de rijst. Als de rijst weer bijna droog staat, herhaal je deze stap met opgieten van de bouillon net zo lang totdat de rijstkorrels gaar zijn. De rijst mag een lichte bite hebben. Dit duurt meestal zo'n 20-30 minuten. Is je bouillon eerder op? Maak dan nog wat nieuwe bouillon, zoveel totdat je rijst gaar is. Roer de creme fraiche door de risotto en voeg de geraspte Parmezaanse kaas toe. Breng op smaak met zout en peper. Garneer met Parmezaanse kaas. Eet smakelijk!

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

