

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij
'De Viermarken' van vrijdag 21 aug
2026

MEDEDELINGEN



In onze winkel vind je nu elke
donderdag Boerenbrood, heeft u deze
al geprobeerd?

Naast het boerenbrood is er deze week
ook gekaramelliseerde ui. Ook echt
eentje om eens te proberen!

SAMENSTELLING PAKKET WEEK 35

Deze week vindt u de volgende
groenten in uw pakket:

1. Aubergine/Paprika
2. Bieten
3. Bladgewas (bijv. sla,
snijbiet, spinazie)
4. Tomaten of uien
5. Kruidenpotje/bosje

Alles heerlijk van ons eigen land!

RECEPTEN

Aubergine curry uit de oven



Ingrediënten: (3/4 personen)

3 aubergines
Peper en zout
5 cm gember
2 uien
3 tenen knoflook
2 eetlepels garam masala kruiden
300 ml kokosmelk
400 gr tomatenblokjes
1 theelepel paprikapoeder pikant
2 handjes cashewnoten
Bosje verse koriander of peterselie
Olie om in te bakken.

Bereiding:

Verhit de oven op 200 graden
Snij de ui, knoflook en gember fijn.
Snij de aubergine in blokjes. Doe de
aubergines in een grote kom, voeg een
klein beetje olie, zout en peper toe en
schep door elkaar.
Verdeel de aubergineblokjes over een
bakplaat met bakpapier. Rooster ze ca
20 min in de oven.
Verhit ondertussen een beetje olie in
een (stoof)pan. Voeg de ui, knoflook en
gember toe en fruit een paar minuutjes.
Doe de garam masala kruiden erbij en
bak even mee, zodat de geuren en
smaken vrij komen.
Voeg de tomatenblokjes toe en roer
goed door elkaar. Giet de kokosmelk
erbij en roer het geheel weer door
elkaar. Voeg de geroosterde aubergine
blokjes uit de oven toe aan de curry.
Breng de curry op smaak met peper,
zout en paprikapoeder
Laat het gerecht ca 20 tot 25 min
stoven met de deksel op de pan. Als je
de curry wat wilt laten indikken haal je
de deksel van de pan zodat het vocht
kan ontsnappen.

Lekker met rijst, naanbrood en griekse
yoghurt

Bietenquiche



Ingrediënten: (4 pers)

5 plakjes deeg voor hartige taart
75 gr geitenkaas
400 gr rode bieten (voorgekookt)
Snuf tijm
Snuf peper en zout
200 ml kookroom
3 eieren
40 gr walnoten
1 theelepel paneermeel
Boter + om in te vetten
Peterselie om te garneren

Bereiding:

Verwarm de oven op 180 graden. Vet
de vorm in met een beetje boter.
Bekleed de vorm met de plakken deeg
en druk ze goed aan elkaar vast. Prik
met een vork wat gaatjes in het deeg.
Bestrooi de bodem met paneermeel
Klop de eieren los met de kookroom,
tijm, peper en zout met een garde of
mixer. Verdeel dit mengsel over de
bodem van de quiche
Snij de bieten in dikke plakken (2 cm)
en verdeel in het eiernmengsel. Krui-
mel de geitenkaas en walnoten er over.
Bak de quiche ca. 45 minuten in de oven tot
hij gaar is. Garneer voor het serveren
eventueel met wat peterselie. Lekker
met een frisse salade er naast.

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

