

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij
'De Viermarken' van vrijdag 11 sept
2026

MEDEDELINGEN

Zondag 20 September
Theeschenerij Oldenhof open van
12 tot 16.30 uur!!



SAMENSTELLING PAKKET WEEK 38

Deze week vindt u de volgende
groenten in uw pakket:

1. Zuurkool
2. Andijvie/Chinese kool
3. Bietenmix
4. Snijbiet
5. Groene tomaten(zie recept hieronder!!)

Wederom alles van eigen land!!

RECEPTEN

"Fried Green Tomatoes" recept



Ingrediënten:

3 groene tomaten
Bloem(om de schijfjes tomaat in te wentelen)
1 tl cayennepeper
½ tl gerookte paprikapoeder
½ tl knoflookpoeder
½ tl uienpoeder
1 ei
Scheutje melk of karnemelk
Panko of Paneermeel
Plantaardige olie om te frituren

Bereiding:

Meng de bloem met de kruiden in een diep bord. Klop het ei los met wat melk in een diep bord. Strooi wat panko of paneermeel in een diep bord. Snijd de tomaten in vrij dikke schijven. Haal ze door de gekruide bloem, vervolgens door het eimengsel en daarna door de panko of het paneermeel. Verhit de olie in een wok en bak de tomaten gedurende een paar minuten tot ze knapperig zijn.

Gewokte andijvie met noodles, Teriyaki saus en pinda's:



(dit recept heb ik van een klant
gekregen!)

Ingrediënten: (2 personen)

400 g groene (blad)groente (andijvie, paksoi, spinazie)
1 kleine (of helft van een grote) puntpaprika
180-200 ml teriyaki woksau
75-100 gram ongezoeten pinda's
200 gram (volkoren) noedels

Bereiding:

1. Bereid de noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking
 2. Was de (blad)groente en snijd in repen (bij spruiten: halveren), ook de stelen.
 3. Was de puntpaprika, snijd in repen en vervolgens in stukken van 2 cm
 4. Bak de (blad)groente in een hete geoliede wokpan. Voeg de woksau toe. Voeg na 5 minuten de paprika en pinda's toe
 5. Haal de wokpan na nog enkele minuten van het vuur, giet de noedels af en roer deze door het groentemengsel in de wokpan
- Direct serveren.

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

