

9este mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 16 aug 2024

MEDEDELINGEN

Dagelijks verse Bloemen(boeketten) verkrijgbaar in onze winkel vanaf €5,- per boeket!!

Ook kunt u zelf een boeket samenstellen in onze Pluktuin.



SAMENSTELLING PAKKET WEEK 34

Deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Sla of Snijbiet
2. Patisson
3. Spitskool/Koolrabi
4. Courgette/Tomaat/Rode ui
5. Boontjes

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

RECEPTEN

Shakshuka



Ingrediënten: (4 pers):

- 1 rode ui
- olijfolie
- tl ras el hanout
- 1 teentje knoflook
- 0,5 rode paprika
- 1 groene peper
- 1 blik tomatenblokjes
- 3 eieren
- 1 bosje koriander

Bereiding:

Pel en snipper de ui. Bak de ui met zout in olijfolie ongeveer 5 minuten. Snijd de knoflook en de groene peper fijn en de paprika in blokjes. Voeg de ras el hanout, knoflook, paprika en peper toe en bak weer 5 minuten. Doe het blikje tomatenblokjes erbij en vul het blikje voor de helft met water en giet erop. Breng op smaak met zout en peper. Laat het aan de kook komen en laat 5 minuten pruttelen. Maak met een spatel kleine kuiltjes in de saus en breek hierin steeds een eitje. Gebruik 3 tot 6 eieren. Dek de pan af met een deksel of aluminiumfolie en laat 7 minuten op zacht vuur een geheel worden. Knip er wat korianderblaadjes overheen. Serveer met brood, pita of gewoon zo.

Koolrabi en komkommersalade



Ingrediënten: (4 pers):

- 500 g koolrabi
- 1 komkommer
- 3 el witte wijnazijn
- 150 g volle yoghurt
- 1 el grove mosterd
- 150 g waterkers
- 4 el olijfolie extra vierge

Bereiding:

Schil de koolrabi's en rasp ze met een grove rasp. Meng de azijn, yoghurt en mosterd en breng op smaak met peper en zout. Voeg de koolrabi toe. Dek af met vershoudfolie en zet minimaal 30 min. in de koelkast. Snijd de komkommer met een scherp mes in zeer dunne plakjes, of gebruik een kaasschaaf of keukenmachine. Voeg toe aan de koolrabi en breng eventueel op smaak met peper en zout. Schep op een schaal, verdeel de waterkers erover en besprenkel met de olie. Serveer direct.

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

