

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 3 januari 2025

## MEDEDELINGEN

*Wij wensen iedereen een heel gelukkig, vreedzaam, liefdevol en gezond 2025!!*

## SAMENSTELLING PAKKET WEEK 2

Deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Zuurkool uit 't Vat
2. Pastinaak
3. Pompoenslice/Yacon
4. Boerenkool
5. Kruiden/bladgewas

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

## RECEPTEN

### Röstikoekjes van Pastinaak en tijm



**Ingrediënten:** (4 pers)

2 pastinaken  
15 g verse tijm  
3 eiwitten  
5 el olie om in te bakken  
Beetje zeezout

#### Bereiding:

Schil de pastinaken en rasp ze in de keukenmachine tot spaghetti. Vermeng de pastinaak naar smaak met peper uit de molen en alleen de

blaadjes van de verse tijm. Klop het eiwit even los en giet erdoor, meng alles goed. Verhit een laag olie in een koekenpan. Frituur hoopjes pastinaak aan beide kanten kort en bestrooi ze daarna met wat zeezout.

### Oranje Curry met pompoen, zoete aardappel en naanbrood



**Ingrediënten:** (4 pers)

2 zoete aardappelen  
400 gram pompoenblokjes  
1 glas water  
200 ml kokosmelk  
1 gele ui  
1 teentje knoflook  
1 theelepeltje rode currypasta  
2 el creme fraiche  
Verse koriander  
Halve rode ui  
Halve citroen  
2 Naanbroodjes

#### Bereiding:

Schil de zoete aardappelen en snijd ze in grove blokken. Verwarm een grote (wok)pan op het vuur met daarin een flinke scheut olie. Snipper het uitje, pers het teentje knoflook en fruit dit aan. Schep er dan een lepeltje van de currypasta bij en bak dit een minuut of twee mee. Gooi dan de blokjes zoete aardappel erbij en bak die nog een paar minuten zodat ze aan de buitenkant een beetje verkleuren. Gooi de voorgesneden pompoenblokjes erbij, de kokosmelk en een glas water. Roer het goed door en laat de curry dan rustig pruttelen met een deksel op de pan. De deksel zorgt ervoor dat het vocht in de curry blijft, dan kunnen de

pompoen en zoete aardappel nog koken en gaar worden! Na ongeveer een kwartier haal je de deksel eraf en laat je het rustig inkoken. Als het te droog wordt, voeg je nog een scheutje water toe. In de tussentijd bak je de naanbroodjes af in de oven. Ook snijd je een paar plukken koriander fijn, de rode ui in halve ringen en de citroen in partjes. Serveer de curry met bovenop een grote klodder crème fraîche en de rode ui, koriander en wat citroensap. Lepel de oranje curry op met stukjes naanbrood. Lekker, geniet ervan!

## WINKEL

### Wilt u uw pakket een week overslaan?

Dat kan u melden via de website, via [winkel@viermarken.nl](mailto: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

