

Beste mensen,

Hier volgt de nieuwsbrief van boerderij 'De Viermarken' van vrijdag 21 maart 2025

## MEDEDELINGEN

**In maart zijn er al 13 lammetjes geboren op de Viermarken. Ze zijn te bewonderen in de wei bij het Voedselbos.**



## SAMENSTELLING PAKKET WEEK 13

Deze week vindt u de volgende groenten in uw pakket:

1. Prei
2. Snijbiet
3. Rode bietjes
4. Rode uien
5. Yacon

## RECEPTEN

**Frisse lentepasta met snijbiet, crème fraîche, citroenrasp en oude kaas**



**Ingrediënten:** (4 pers)

- 2 lente-uitjes
- 1 courgette
- 500 gram snijbiet
- 2 el munt
- 100 gram oude kaas
- 300 gram spelt pasta
- 200 ml groentebouillon
- 2 teentjes knoflook

om te bakken olijfolie  
1 blik cannellini bonen  
1 el citroenrasp  
150 ml crème fraîche  
1 el citroensap

### Bereiding:

Breng een grote pan gezouten water aan de kook. Kook de pasta al dente in 7-8 minuten.

Bereid de groentebouillon voor en hou warm (voor 4p 200 ml water met een half blokje bouillon).

Snij de lente-ui en knoflook fijn en de courgette in stukjes.

Spoel de snijbiet af. Snij de stengels in stukjes (hou apart) en het blad in repen.

Verhit olijfolie in een grote pan en fruit de lente-ui, knoflook, de stengels van de snijbiet en stukjes courgette ca. 5 minuten. Voeg enkele eetlepels van de bouillon toe en sudder tot bijna alle vocht is verdampt. Voeg de snijbietbladeren toe en roerbak tot geslonken. Giet de cannellini bonen af, voeg toe en warm mee.

Snij de muntblaadjes fijn en rasp de schil van de citroen.

Voeg de crème fraîche samen met de afgegoten pasta, de geraspte citroenschil en de munt bij de groenten. Roer goed door elkaar en breng op smaak met zout, peper en wat citroensap (naar smaak, wij deden bij 4p ongeveer een eetlepel citroensap).

Laat ieder aan tafel wat overjarige kaas over het bord raspen.

**Yacon en zoete aardappel met peer (warm gerecht)**



**Ingrediënten:** (2 pers)

- 1 grote ui
- 1 zoete aardappel
- 2 stuks yacon
- 1 peer

### Bereiding:

**Yacon kun je enkele maanden op een koele, donkere plek bewaren.**

1. Snipper de uien en fruit ze glazig. Maak de zoete aardappel schoon en snijd het in blokjes. Schil de yacon en de peer en snijd deze ook in blokjes.
2. Doe nu de zoete aardappelblokjes bij de uien en bak deze krokant. Voeg net voordat de aardappelblokjes krokant zijn de yaconblokjes toe.
3. Voeg de peer toe en laat deze warm worden. Breng eventueel op smaak met zout en peper.

## 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

