



Ut rooie bietje

Biologische Tuinderij

NIEUWS VAN HET LAND

Juli, 2016

ZINDERENDE ZOMER

De vakantieperiode is ingegaan: met afgeladen bussen en overvolle vliegtuigen trekken we er massaal op uit om te genieten van een welverdiende vakantie.

Dat geldt echter niet voor onze groentjes: die groeien gewoon door met dit weer en hebben dus verzorging nodig in de vorm van water, onkruidbestrijding en uiteraard een hoop liefde...

En er zijn de afgelopen tijd een hoop bloemen geplukt die gedroogd worden voor ons 'thee- project': we gaan eens kijken of we mooie melanges kunnen maken met al dat moois uit de tuin!



PAKKETINHOUD

WEEK 30

- boontjes
- Rode eikenbladsla
- suikermaïs
- zomerprei
- puntpaprika

De kardoelen in de voortuin staat nu op haar mooist! Dit kleine zusje van de artisjok is een distelachtige die ook eetbare bloemen geeft, wij laten ze echter staan om zelf te genieten van deze wonderen der natuur!



Je eigen boontjes doppen...



HET AANBOD VAN DE WEEK

Boontjes dames en heren! Deze week te vinden in de krat en wel in de vorm van sperziebonen of snijbonen: beide soorten zijn nu oogstklaar en we verspreiden de oogst over de pakketten om jullie te voorzien van al dit lekkers. De andere nieuwkomer is de suikermaïs: de eerste kolven zijn klaar en gaan direct in het pakket! Omdat de barbecue alweer een tijdje bij de meeste in gebruik is doen we er maar meteen en gegrild receptje bij...



GEGRILDE MAISKOLVEN

Ingrediënten voor 4 personen:

- 4 maiskolven
- 4 eetlepels olijfolie
- kruiden naar keuze: chilipoeder, paprikapoeder, peper, Mexicaanse kruiden
- klontje goeie boter
- zeezout

Bereidingswijze:

Simpel maar lekker is de slogan van dit recept: de truc zit hem in het gecontroleerd grillen van de kolven en het bestrijken van de kolven tijdens het grillen, ook wel lakken genoemd.

Eerste stap: verwijder de bladeren van de kolven en kook ze in ruim kokend water voor 10-15 minuten. Geen zout aan het water toevoegen omdat de schilletjes van de maïskorrels dan taai worden! De kolven goed uit laten lekken.

Dan de lak maken: meng de droge ingrediënten tezamen met de olie en roer goed door. Je kan dit prima op voorhand doen want hoe langer de marinade kan trekken des te meer de smaken zullen doortrekken. Leg de maïskolven op de grill en bestrijk de kolven met de marinade. Telkens als de kolven worden gedraaid weer even een laagje marinade erop smeren. Grill ze tot er een mooie goudbruine korst ontstaat. Serveer ze met een klontje goeie boter erop (die heerlijk wegsmelt...) en strooi af met een beetje zeezout, smakelijk!

Contact opnemen

Biologische tuinderij Ut Rooie Bietje
Koningshoeven 62
5018 AB Tilburg

Winkel open op donderdag van 11:00 –
16:00 uur, vrijdag van 9:30 – 16:30 uur
en zaterdag van 10.00-13.00u

T 013 543 14 39

Utrooiebietje@smo-traverse.nl

www.utrooiebietje.nl