

PAKKETINHOUD
WEEK 33

- Boontjes
- Sla
- Courgette
- Aardappels
- Stengelui

NIEUWS VAN HET LAND

Augustus, 2016

BOONTJE KOMT OM ZIJN LOONTJE

Goedemiddag deze mooie middag! Zowaar een dag met zomerse taferelen: strakblauwe hemel, een licht briesje en zweet op het voorhoofd...

Want we hebben deze mooie dag(en) benut om ons vooral op het schoffelen te zetten. Het onkruid verdroogt zo in de zon en we hopen zoveel mogelijk meters te kunnen maken voordat de regen zich weer aandient.

En we hebben weer volop boontjes kunnen plukken, de planten doen het dit jaar uitstekend! Deze gaan deze week wederom in het pakket dus...

Over het pakket gesproken: vorige week is er iets mis gegaan met water in de koeling en zaterdag zagen we bij sommige pakketten dat de boontjes hier en daar beschimmeld waren. Dat is natuurlijk niet de bedoeling! Mochten er mensen zijn die dit ook in hun pakket hebben aangetroffen dan a.u.b. een berichtje en dan maken we dat goed...



Bloeiende Cosmea

Blauw, blauw, blaauuuuw...



Bloeiende suikermais

RECEPTJE

Vorige week speelde de groenlof in de hoofdrol, deze week de verse sperzieboon. Het recept van deze week helpt jullie wellicht op weg naar een fantastische zomerschotel!



ZOMERSE BOONTJESSALADE

Ingrediënten voor 4 personen:

- lekkere slasoort, eigen keuze
- 500 gram sperziebonen
- 3 tomaten (in stukjes)
- 4 of 5 gedroogde zontomaatjes
- 150 gram feta kaas
- 50 gram pijnboompitjes (licht geroosterd in droge koekenpan)
- handje sneden zwarte olijven

Dressing:

- 4 eetlepels olijfolie
- 2 eetlepels witte wijn azijn
- 2 theelepels mosterd
- 2 theelepels honing

Bereidingswijze:

Kook de sperziebonen in ongeveer 5 min. beetgaar en spoel ze af met koud water. Meng de olijfolie met de azijn de mosterd en de honing in een grote schaal. Doe de sperziebonen en de gesneden of geplukte sla bij de dressing en meng goed door. Meng de gedroogde zontomaatjes erdoor.

Verkruimel de feta kaas eroverheen. Snij de tomaten in reepjes en rangschik de stukjes tomaat erover. Strooi de pijnboompitjes en de olijven er over. Heerlijk bij visgerechten of als hoofdgerecht op warme dagen.

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