



Ut rooie bietje

Biologische Tuinderij

PAKKETINHOUD

WEEK 44

- Spinazie
- Champignons
- Pompoen
- Zuurkool
- Winterpeen

NIEUWS VAN HET LAND

November 2016

SLACHTMAAND, NEVELMAAND

Verandering van maand en verandering van het weer: het is november en waterkoud deze ochtend, een pril zonnetje probeert zich te laten zien door flarden grondmist.

Dat nodigt uit om in de tunnels te gaan werken waar het altijd droog en een paar graden warmer is. De peperplanten worden opgeruimd om plaats te maken voor nieuwe zaaisels: tatsoi, mizuna, knoflook en tuinbonen.

Onze mooie paardenkastanje begint nu echt volop blad te verliezen en ligt rijkelijk bezaaid op de inrit. Dat vind zijn weg naar de composthoop, nummer 3 in de maak wel te verstaan...

Ook het gereedschap wordt nagekeken en opgepoetst, een prima klus voor de echte koukleumen!

En ook de bermen langs de zijanten worden afgemaaid met de bosmaaier, deze week is het tijd voor poetsen en mooi maken dus!



Geeft Allerheiligen zonneshijn, zal het spoedig winter zijn...



HERFSTKRATJE...

Deze week een echte herfskrat: winterpeen, champignons, spinazie, pompoen en als nieuwkomer de zuurkool! Wat kan je hier zoal mee maken? Nou een mooi en niet alledaags recept waarvoor meerdere ingredienten uit de krat gebruikt kunnen worden.



ZUURKOOL LASAGNE MET SPINAZIE EN CHAMPIGNONS

Ingrediënten voor 2 personen:

- 300 gr verse zuurkool naturel
- 250 gr lasagnebladen
- 100 gr spinazie
- 125 gr magere gerookte spekblokjes
- 2 grote uien
- 100 gr champignons
- 40 gr bloem
- 80 gr roomboter
- 500 ml melk
- 100 gr geraspte Parmezaanse kaas
- olijfolie
- Vers gemalen zwarte peper, zeezout

Bereidingswijze:

Uien pellen en snipperen. Beetje boter in een pan en de uien aanfruiten. Voeg uitgelekte zuurkool toe en laat met deksel een half uurtje garen. Bak in een ander pannetje in een scheutje olijfolie spekblokjes mooi knapperig aan. Voeg toe aan de zuurkool en breng op smaak met peper en zout. Verwarm de heteluchtoven vast voor op 180 graden. Neem een ovenschaal, vet hem in en zet klaar. Maak snel bechamelsaus. 40 gr boter mengen met bloem in een pannetje (roux) en melk toevoegen. Laat dan, al roerend, 10 minuten pruttelen. Snij de champignons in schijfjes en bak even kort aan in een pannetje. Bouw dan de lasagne op in laagjes. Lasagneblad, saus, spinazie, zuurkool en Parmezaan. Doe dit tot alles op is. Versnipper de tweede helft van de roomboter, verdeel over de bovenlaag en strooi er de schijfjes champignons en Parmezaan over. Zet de schaal in de oven en bak hem in ongeveer 30 minuten mooi goudbruin.

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