

Uilenbosbrief, Vrijdag 12 april 2019



GEWOON	GROOT	JUMBO	GEMENGD	HERKOMST	FRUIT KLEIN	FRUIT GROOT	FRUIT C
trostomaat	tros+coctail tomaat		trostomaat	hamerlinck			pompelmoes
groene gele of rode paprika				hamerlinck	appel jonagold	appel jonagold	gold
paksoy			paksoy	uilenbos	kiwi	kiwi	kiwi
	spinazie	spinazie	spinazie	uilenbos	sinaas nave	sinaas nave	sinaas nave
sla	sla	sla	sla	tineke	conference	conference	
	prei	prei		uilenbos	banaan	banaan	banaan
radijs	radijs	radijs		tineke		clem azahar	clem azahar
komkomme	komkomme	komkomme		hamerlinck			
		courgette	appel jonagold	Bf (B)			
			kiwi/sinaas	Bf (It)			

Alles bio controle BE-BIO-02, peer conference BIO in omschakeling

Beste,

De VMM kwam bij ons de (regen en grond)watermeters opnemen. Ons gesprek gaat over de watervoorraden (die absoluut niet aangevuld blijken), en de verwachtingen voor de zomer van '19. Hoe dat ze dat kunnen voorspellen - dat het alweer een droge zomer zal worden – dat weet ik niet, maar laten we hopen dat ze mis zijn!

De eerstvolgende weken zullen we de voorjaarsgroente in onze manden (spinazie, paksoy, raapjes, radijzen, sla edm) af en toe aanvullen met groente van verwarmde serres van Hamerlinck en de onverwarmde serre van Tineke. Het worden dus deels zomerse lentepakketjes. De winterse groentevorraden zijn zo goed als bij alle collega's op.

Net nu alle fruitbloesems prachtig staan en we dit voorjaar opvallend meer hommels en wilde bijen konden waarnemen vergeleken met vorig jaar – wat ons deed hopen op een vruchtbare fruitoogst – worden enkele vriesnachten aangekondigd. Niet goed voor het fruit, het worden dus spannende nachten.

Recepten van Kirsten

Salade van komkommer en rode boontjes met munt

Spoel 1 potje rode bonen (nierbonen). Meng met 1 geschilde en in blokjes gesneden komkommer, 1/2 zeer fijn gesnipperde rode ui, 2 geraspte teentjes knoflook, 2 el gesnipperde peterselie, 2 el gesnipperde munt, sap en geraspte schil van 1 citroen en 2 à 3 el olijfolie. Meng goed en breng op smaak met peper en zout. Laat minstens 2 uur marineren zodat de smaken mooi gemengd zijn.

Tip: De munt begint n net boven te komen en is dus super fijn van smaak. Ideaal voor dit gerecht!

Bladerdeegrolletjes met paprika en geitenkaas

Haal 1 à 2 lapjes bladerdeeg uit de vriezer. Laat ontdooien en rol uit op een bebloemd oppervlak zodat het een dunne lap wordt. Rooster 2 rode paprika's bedruppeld met olijfolie in een voorverwarmde oven van 180°C onder de grill. Draai regelmatig om zodat de hele schil lichtjes verbrandt (mag echt wel zwart zijn, maar niet zo ver dat ze grijs wordt, dan gaat de smaak van verbrand door tot in het paprikavlees) terwijl de paprika's garen. Haal uit de oven en steek in een plastic zak of dek op één of andere manier luchtdicht af. Laat enigszins afkoelen, haal ze uit de zak en schil. Meng ondertussen 200 g verse (dus zachte) geitenkaas met een scheutje room zodat je een smeuïge massa krijgt. Rooster ook 4 el pijnboompitten in een droge pan. Blijf erbij en schud regelmatig, want de pitjes branden snel aan. Smeer een dunne laag geitenkaas uit over de lap bladerdeeg. Behoud aa, bovenzijde en onderzijde een strookje dat je niet inwrijft. Bestrooi met blaadjes van enkele takjes tijm en werk af met peper en zout. Leg op de laag geitenkaas stukjes rode paprika. Leg ze horizontaal, dat is makkelijker om straks op te rollen. Strooi daarover de geroosterde pijnboompitten. Rol de plak bladerdeeg nu voorzichtig, zo dun en zo strak mogelijk op. Doe in plasticfolie en leg ca 1/2 uurtje in de diepvries om op te stijven zodat je er straks makkelijk schijfjes van kan snijden. Zorg dat de rol niet door en door bevriest! Haal uit de vriezer en snij de rol met een zeer scherp mes in schijfjes van ca 1 cm dik. Leg op een ovenplaat met bakpapier en zet gedurende 1/2 uur in een voorverwarmde oven van 180°C. Serveer de rolletjes warm.

Tip: Wie wil kan hier nog wat gemalen kaas bovenop doen, maar persoonlijk vind ik de smaak fijner zonder.

Groe(n)tjes van Anke, Gert, Ilya, Sven, Didi, Pieter-Jan, Ceidie, Mich en Bé

't Uilenbos – Moerbeke-Waas – info@uilenbos.be – www.uilenbos.be
tel 0491/042 195 – rekeningnr 652-8030064-01, IBAN BE43 6528 0300 6401- BIC: HBKABE22
Thuisverkoop op vrijdagnamiddag van 14u tot 19u en zaterdagmorgen van 10u tot 12 u.