



Week 43; 25 oktober

Nieuws

Deze week zit er zuurkool in het pakket, niet vers van het land maar uit eigen keuken. De zuurkool is gemaakt van de reuze spitskolen die op de tuin stonden. Het is met liefde gemaakt door Robin. We hebben zelf al voorgeproefd en hij smaakt heerlijk zacht. Deze zuurkool is iets minder zuur dan die uit de winkel.



bloemkolen gaan zorgen 😊

Deze week hebben we ook een deel van de snijbiet knollen naar de kas verhuisd. Zo hebben we de hele winter nog snijbiet. Dat groene kleedje achter de snijbiet is winterpostelein. Verder is er ook nog snijsla en paksoi uitgeplant in de kas en staan er bloemkoolplantjes te overwinteren die hopelijk volgend jaar voor vroege

Deze week in het pakket:

- Zuurkool
- Rode kool
- Snijbiet
- Schorseneren (onder voorbehoud)

De volgende groenten zijn extra te oogsten:

- Palmkool
- Boerenkool
- Snijbiet
- Koolrabi
- Rode bietjes
- Wortels
- Pastinaak
- Groenselderij
- Pompoen reeds geoogst– alle pompoenen zijn eetbaar, maar hebben natuurlijk ook sierwaarde 😊
- Puntpaprika
- Snackpaprika
- Knoflook (reeds geoogst)

Recept: zuurkoolschotel met rijst

Ingrediënten voor 4 personen

- 500-800 gram zuurkool
- 500 gram (vegetarisch) gehakt
- 1 ui
- 2 eetlepels basterdsuiker
- Peper, zout, kerriepoeder, paprikapoeder en een beetje chilipoeder
- Maggi
- 250 – 300 gram rijst

Snel klaar variatie:

De over gaart de zuurkool en zorgt ervoor dat de smaken wat vermengen. Als je snel klaar wilt zijn stook je de zuurkool even in de pan bij het gehakt-ui mengsel voor 5 a 10 minuten en serveer je het met de rijst ernaast.

Werkwijze:

- Verwarm de oven voor op 180°C
- Kook de rijst gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking
- Rul het gehakt met de kruiden en beetje maggi
- Bak de ui glazig en voeg dan de basterdsuiker toe en laat dat even karamelliseren.
- Meng de ui door het gehaktmengsel en proef of er een goede balans is tussen zoet, zout en pittig.
- Laat de zuurkool even uitlekken in een zeef, knip het eventueel wat kleiner.
- Schep de helft van de rijst in een ovenschaal, verdeel daar de helft van de zuurkool overheen, verspreid daar het gehakt overheen en bedek met de rest van de zuurkool en daarna de rest van de rijst.
- Dek de schaal af met aluminiumfolie en bak 20 minuten in een voorverwarmede oven.
- Klaar! Eet smakelijk!