

Groente- en fruit pakketten

Week 38

Groentepakket

- andijvie
- snijbiet
- chioggia biet
- rodekool
- verrasings groente
Extra
- basilicum

Fruitpakket klein

2,5 kilo Biologisch-
en streekfruit
(minimaal 3 soorten)

Combi pakket

Groentepakket plus 1 kg streek en/of
biologisch fruit

Fruitpakket groot – 4 kilo

Bananen, appels, peren en
twee soorten streek en/of
biologisch fruit

Menu 's zijn voor 4 personen

Stamppot Andijvie met pompoen

1254

Ingrediënten:

1000 gram	Pompoen
600 gram	Andijvie
250 gram	(Gerookte) spekblokjes
2 el	Kerrie
Naar smaak	Nootmuskaat
Naar smaak	Peper

Was de pompoen en snij hem in tweeën, Schep de zadjes eruit en snij de pompoen in grote blokken Leg de pompoen blokken in een pan met ruim water en breng aan de kook, Zodra het water kookt, vuur laag draaien en zachtjes gaar laten worden in ± 8 minuten.

Snij ondertussen de andijvie klein en spoel goed uit. Zet een grote hapjespan op het vuur en bak hierin de spekjes. Als de spekjes klaar zijn, voeg je de helft van de andijvie toe, bak mee met de spekjes. Voeg nu de kerrie toe en bak de andijvie totdat deze geslonken is.

Giet de pompoen af zodra deze gaar is en laat goed uitlekken in een vergiet, Doe de pompoen terug in de pan en stamp het tot een puree, Voeg de gebakken en de rauwe andijvie toe en roer erdoor.

Breng op smaak met peper en nootmuskaat

Pasta met snijbiet, room en kastanjechampignons

1612

Ingrediënten:

600 gram	Snijbiet
300 gram	Pasta
200 gram	Ui
1 teentjes	Knoflook
200 gram	Kastanjechampignons
100 ml	Slagroom
80 gram	Kaas
Naar smaak	Zout en peper
Naar smaak	Olijfolie

Zet een pan water op voor de pasta en kook deze volgens de gebruiksaanwijzing.

Snipper de ui. Snijd de knoflook in plakjes. Snijd de champignons in plakjes. Was de snijbiet. Snijd de stelen van de snijbiet in kleine stukjes van een halve centimeter en bewaar het apart. Snijd het blad grof en bewaar het apart.

Verwarm een pan met dikke bodem. Doe er een scheutje olie in en bak de knoflook tot hij lichtbruin is. Verwijder de knoflook. Bak de ui licht aan in de knoflook-olie. Voeg nu de champignons toe en bak nog 5 minuten mee. Voeg de snijbietstelen toe en bak het 3 minuten mee. Voeg nu het blad toe en bak het nog een minuut of 5 of tot het zacht is.

Zet het vuur hoog en giet de slagroom erdoor. Warm het geheel nog even goed door. Breng op smaak met peper en zout. Schep het snijbietmengsel door de afgegoten pasta. Roer goed,

schep het op de borden of in een grote schaal. Bestrooi voor de liefhebbers met kaas en serveer meteen.

Flammkuchen met zalm en chioggia biet

1862

Ingrediënten:

600 gram	Prei
2 stuk(s)	Chioggia biet
10 takjes	Dille
2 rol	Flammkuchendeeg
800 gram	Danone Hüttenkäse
4 tl	Kappertjes
200 gram	Gerookte zalm

Verwarm de oven voor op 220°C. Rol het deeg uit op bakplaat met bakpapier en bak 7 min. in de oven.

Snij ondertussen de prei in halvingen, de biet in dunne plakjes en hak de dille grof.

Haal de flammkuchen uit de oven en verdeel de hüttenkäse over de bodem. Beleg met prei, biet en kappertjes. Plaats voor 10 min. terug in de oven totdat de korst goudbruin en knapperig is.

Haal de flammkuchen uit de oven en verdeel tot slot de zalm en dille eroverheen. Serveer warm.

Soep van rode kool met appel

1780

Ingrediënten:

500 gram	Rode kool
1 stuk(s)	Appel
100 gram	Ui
2 stuk(s)	Laurierblaadjes
1 liter	Groentebouillon
1 el	Olijfolie
Naar smaak	Zout en peper

Pel en snipper de ui, schil en snij de appel in blokjes en de rode kool in dunne reepjes. Verhit de olijfolie in een soeppan en bak de ui.

Voeg de rode kool en appel toe en schep om met de ui. Voeg de bouillon toe samen met de blaadjes laurier. Laat 20 minuten zacht pruttelen of tot de kool net beetgaar is.

Haal de laurier uit de pan en pureer de soep met een staafmixer. Voeg versgemalen peper en (grofzee) zout naar smaak toe.

Pesto met o.a. basilicum, Parmezaanse kaas en pijnboompitten

1710

Ingrediënten:

1 teentje	Knoflook
30 gram	Basilicum
50 gram	Parmezaanse kaas
4 el	Of meer extra vierge olijfolie
30 gram	Pijnboompitten
Naar smaak	Peper

Rooster de pijnboompitten zonder olie of boter lichtjes in een pannetje. Laat ze afkoelen op een bordje. Doe de knoflook, kaas en geroosterde pijnboompitten en de blaadjes basilicum in de keukenmachine en maal tot een groene massa.

Voeg de olijfolie er beetje bij beetje bij en mix goed door. De pesto moet niet te droog zijn maar ook niet te olieachtig. Breng de pesto op het laatst op smaak met een beetje zwarte peper. Zout is vaak niet nodig omdat de Parmezaanse kaas al zout is van zichzelf.