

Regen, regen en nog eens regen

Het weer zit nog steeds niet mee, alhoewel we toch af en toe mogen genieten van een zonnetje. Net zoals nu, terwijl ik mijn tekstje aan het typen ben, straalt de zon en is het aangenaam warm buiten. Maar we onthouden vooral de regen, de hevig regenbuien van de laatste weken. En wanneer er dan voor de zoveelste keer mensen te maken hebben met wateroverlast, laaien de discussies weer hoog op. Voor de ene ligt het 'aan de opwarming van de aarde', voor de andere ligt het 'aan het volbouwen van ons kleine land'. Wat de oorzaak ook moge zijn, zolang we het blijven op de ander steken, zullen de problemen niet verdwijnen en we helpen de slachtoffers er ook niet mee. Voor heel veel mensen betekent dit 'kopzorgen', maar voor anderen toch ook een beetje plezier. En nee, ik bedoel daar niet mee de aannemers die de herstellingen mogen doen of de winkels die ons voorzien van nieuwe meubels, maar ik bedoel daarmee mijn kindjes (en ze zullen waarschijnlijk niet de enigen zijn). Voor hen betekent regen: in de plassen springen, bootjes laten varen en zelfs meehelpen poetsen! Als ik dan die blije gezichtjes zie, dan vergeet ik toch even die waterrellende en wat het met zich meebrengt.

Ik wil daarom bij deze de slachtoffers van wateroverlast een hart onder de riem steken. Of is het nu een riem onder het hart? En ik hoop dat ook zij mogen rekenen op heel veel helpende handjes om alles weer in orde te krijgen. En dat we binnenkort mogen genieten van een mooie zomer en een welverdiende vakantie!

Bio groenten klein (8.5€)

Kropsla: de groene grond
Gele selder: de groene grond
Wortelen: divers
Chinese kool: het zilverleen
Peterselie blad oms: agrecon
Venkel: de lochting

Bio groenten groot (14€)

Kropsla: de groene grond
Gele selder: de groene grond
Chinese kool: het zilverleen
Courgette: België
Bloemkool: België
Radijs oms shaker: agrecon
Venkel: de lochting

Bio groenten en fruit maxi (13€)

Kropsla: de groene grond
Gele selder: de groene grond
Chinese kool: het zilverleen
Koolrabi oms: agrecon
Peterselie blad oms: agrecon
Radijs oms shaker: agrecon
Banaan
Abrikoos klein

Bio groenten en fruit mini (10€)

Kropsla: de groene grond
Wortelen: divers
Courgette: België
Koolrabi oms: agrecon
Peterselie blad oms: agrecon
Sinaas ovali
Abrikoos klein

Bio fruit (10€)

Appel red delicious
Pompelmoes
Sinaas
Kiwi
Abrikoos klein

Aardappel Connect: 5 kg - 5.88€

Ajuinen : 3kg - 5.31€

Alles van gecontroleerd
biologische oorsprong

Chinese kool wraps met wortelhummus:

Ingrediënten

1 chinese kool, 1 portie wortelhummus
2 rijpe avocado's, 2 el cashewnoten gehakt
2 el sesamzaadjes, 10 champignons rauw

Ingrediënten Wortelhummus

5 wortelen, 1 kleine rode ui, 1 teentje knoflook
3 cm gember geschild en geraspt, 2 el rijstazijn,
2 el sesamololie, 2 el tahin, 2 el water ijskoud
2 el olijfolie, peper, zout

Bereiding

Maak eerst de wortelhummus: Schil de wortelen en snij in stukken. Pel de ui en de look en snij in stukken. Doe alle ingrediënten in de blender, met uitzondering van de olie. Mix tot je een mooie puree hebt

Kies 4 mooie grote bladeren van een chinese kool. Snij het hardste gedeelte weg, want anders kan je ze moeilijk oprollen. Leg ze voor je open en beleg ze onderaan (met een lepel wortelhummus.

Leg er de rest van de rauwe groentjes op en eindig met schijfjes avocado, sesamzaadjes en gehakte cashewnoten. Rol stevig op van beneden naar boven en zet vast met een prikker of rol op in folie wanneer je de rolletjes wil meenemen.

