



inhoud tassen

behoudens eventuele wijzigingen

Bio groenten klein:

Wortelen: inagro
 Pastinaak: de lochting
 Eikenbladsla groen: de groene grond
 Witte kool: divers
 Venkel

Bio groenten groot

Pastinaak: de lochting
 Prei: de lochting
 Eikenbladsla groen: de groene grond
 Stoofpeer: België
 Broccoli
 Venkel
 Rode kool

Bio groenten en fruit maxi:

Prei: de lochting
 Eikenbladsla groen: de groene grond
 Aardpeer: divers
 Witte kool: divers
 Venkel
 Appel jonagold: België
 Pompelmoes roze

Bio groenten en fruit mini:

Wortelen: inagro
 Rode biet: divers
 Eikenbladsla groen: de groene grond
 Witte kool: divers
 Venkel
 Banaan
 kiwi

Bio fruit:

Appel jonagold: België
 Banaan
 Peer William: Argentinië
 Pompelmoes roze

Aardappelen: Toluca

Per 5kg : 4.80€

Ajuin: België

Per 3 kg: 4.075€

Spring is in the air

In de afgelopen twee maand geraakten de serres meer en meer gevuld. Om een zo continu mogelijk aanbod te hebben wordt er van bepaalde gewassen om de twee weken geplant of gezaaid. Dit is het geval voor koolrabi, peterselie en daikon. Voor andere gewassen wordt er slechts in het voorjaar en in het najaar geplant: spinazie, warmoes en knolvenkel. De reden hiervoor is dat in de serre deze gewassen in de zomer niet goed gedijen. Zomerprei wordt –uiteraard- enkel in het voorjaar in de serres geplant. Binnenkort worden de tomaten geplant en dan staat de kas vol. Het is momenteel aangenaam om het geheel te aanschouwen want we zijn op het vlak van onkruid goed mee. Zoals elk jaar staan we ook te popelen om te kunnen oogsten. We verwachten in de eerste twee weken de oogst van spinazie en paksoy. Daarna komt peterselie aan de beurt, gevolgd door daikon, koolrabi en knolvenkel. Zomerprei staat de laatste in de rij. Binnen enkele weken starten dan de werkzaamheden op de akkers.

Gebraden aardappel, pastinaak en wortel

Probeer dit recept eens!

Je aardappelen worden vanbuiten perfect krokant, terwijl ze vanbinnen heerlijk luchtig blijven. Het principe van het voorkoken, in gekruide olie door elkaar husselen en vervolgens heerlijk goudbruin en krokant bakken is op praktisch elk ander wortelgewas toepasbaar, maar het is vooral erg lekker met pastinaak en wortel.



De voorbereiding

De oven voorverwarmen op 200 °C . Schil de groenten en snijd grotere exemplaren in de lengte doormidden. Breek de bol knoflook in losse tenen, laat ze heel en plet ze een beetje met de palm van je hand. Stroop de naaldjes rozemarijn van de houtachtige steeltjes.

Het braden

Zet de aardappelen en wortelen met gezouten, kokend water in een grote pan – misschien heb je er twee nodig – op hoog vuur en breng ze aan de kook. Laat ze 5 minuten koken, doe de pastinaken erbij en laat die 4 minuten meekoken. Laat de groenten in een vergiet uitlekken en droog wasemen. Haal de wortelen en pastinaken uit het vergiet en zet ze opzij. Hussel de aardappelen door elkaar door even flink met het vergiet te schudden. Het is heel belangrijk om ze op deze manier op te ruwen, zodat ze straks, na het bakken een lekker bros laagje hebben . Zet een grote braadslee op matig vuur en doe er een paar scheuten olijfolie in, of schep er voorzichtig een paar lepels in van het braadvet van het vlees dat staat te braden. Doe de knoflook en de rozemarijn erbij. Leg de groenten in de braadslee, strooi er een flinke snuf zout en peper op en hussel ze goed door elkaar. Spreid ze in een gelijkmatige laag uit . Dit is heel belangrijk omdat je ze wilt braden en bakken en niet stomen, zoals gebeurt als je ze opstapelt . Zet de groenten ongeveer 1 uur, of tot ze goudbruin en krokant zijn, in de voorverwarmde oven. (Gecombineerd met vlees: serveer ze meteen bij het gebraden en de jus.)

Bron: Jamie Oliver.