

inhoud tassen

behoudens eventuele wijzigingen

Bio groenten klein (8.5€)

Sla: de groene grond
Rode biet: België
Courgette: Belorta
Spitskool: België
Koolrabi oms: agrecon

Bio groenten groot (14€)

Sla: de groene grond
Prei: de lochting
Wortelen: België
Spitskool: België
Tomaat: België
Komkommer: België
Paksoy: België
Pijpajuin: de groene grond

Bio groenten en fruit maxi (13€)

Sla: de groene grond
Spitskool: België
Tomaat: België
Komkommer: België
Koolrabi oms: agrecon
Stekelbes
Sinaas valencia
Banaan

Bio groenten en fruit mini (10€)

Wortelen: België
Courgette: Belorta
Spitskool: België
Komkommer: België
Paksoy: België
Sinaas valencia
Abrikoos

Bio fruit (10€)

Stekelbes
Sinaas valencia
Banaan
abrikoos

Aardappel Nieuw : 2.5kg (5.54 €)

Alles van gecontroleerd
biologische oorsprong

De zomervakantie is officieel gestart.

De meeste onder ons werken nog even door, maar de dagelijkse, hectische routine valt even stil. Het verkeer op de baan neemt af, de schoolactiviteiten, cursussen, bijscholingen, hobbylessen nemen ook een zomerstop. Iedereen komt terug meer naar buiten en geniet van mooie, warme (hopelijk!) zomeravonden en de eerste vakantie verhalen doen ons dromen van een echte zomer.

De bedrijvigheid in De Lochting blijft, en neemt zelfs toe. Collega's gaan afwisselend met verlof, veel van onze zomergroenten zijn volop aan het groeien, maar hebben nog een aantal weekjes te gaan.

De pakketten van Biobello gaan er wel even tussen uit. Er worden geen pakketten geleverd tussen 21 juli en 6 augustus. Dit omdat het zeer kalm is in de meeste afhaalpunten en omdat ons transport en ecologische voetafdruk niet opwegen ten opzichte van het aantal bestelde pakketten.

Eveneens evalueren we de 6 afgelopen maanden. Wat ging er goed? Wat kan er beter? Hoe kunnen we een steeds wisselende groep mensen in onze sociale werkplaats beter begeleiden, zodat we telkens een goede kwaliteit kunnen garanderen en de foutmarge kunnen beperken? Hoe kunnen we ons transport optimaliseren?

We doen daarvoor ook graag beroep op jullie. Alle opmerkingen of tips, mogen jullie steeds doormailen naar info@biobello.be.

We zijn ook nog steeds op zoek naar nieuwe afhaalpunten voor onze biobello pakketten en voor onze fruitleveringen die we doen naar bedrijven, scholen, openbare instellingen,...

Heb je interesse om een afhaalpunt te starten? Zou je graag ons fruit aangeboden krijgen op je werk? Laat ons dit zeker weten! We bezorgen jullie met plezier meer informatie.

And last, but not least! Het volledige team van De Lochting wenst jullie een deugd-doend verlof!

Wok met pindasausIn ingrediënten:

3 wortels, 0.5 bloemkool, 200 g sperzieboontjes, 300 g spitskool, 1 ui

3 el kokosvet, zout, 3 el pindakaas, 2 el kerriepoeder

Bereiding:

Schil de wortelen. Snijd de wortelen in reepjes en de bloemkool in schijfjes. Snijd de spitskool fijn. Pel en snipper de ui.

Breek de boontjes doormidden. Breng water aan de kook, voeg de boontjes toe en kook ze beetgaar. Giet ze af.

Verwarm ondertussen 2 eetlepels kokosvet in de wok, voeg de wortelen toe en roerbak ze tot ze bijna beetgaar zijn. Voeg de bloemkool toe en roerbak ze mee. Voeg 5 minuten later ook de spitskool toe.

Verwarm intussen 2 dl water, los de pindakaas erin op en voeg het kerriepoeder toe.

Verhit de rest van het kokosvet in een andere pan en bak de ui flink aan.

Voeg de gare boontjes bij de gewokte groenten, kruid af met zout en giet de pindasaus over de groenten. Strooi de gebakken ui over het gerecht.

Serveer met rijst.

Bron: Veggie voor starters