

inhoud tassen

behoudens eventuele wijzigingen

Bio groenten klein (8.5€)

Wortelen: België

Paksoy

Eikenbladsla: de Groene grond

Zoete puntpaprika: Ecoveg

Broccoli

Bio groenten groot (14€)

Snijbiet

Zoete puntpaprika: Ecoveg

Radijs bussel: de Lochting

Broccoli

Champignon wit: Chamrova

Venkel: de Lochting

Tomaten: België

Bio groenten en fruit maxi (13€)

Eikenbladsla: de Groene grond

Zoete puntpaprika: Ecoveg

Broccoli

Champignon wit: Chamrova

Koolrabi: de Lochting

Abrikoos

Appel Elstar

Bio groenten en fruit mini (10€)

Wortelen: België

Zoete puntpaprika: Ecoveg

Komkommer: België

Broccoli

Tomaten: België

Banaan

Abrikoos

Meloen charentais

Fruit (10€)

Banaan

Abrikoos

Sinaas Valencia

Appel Elstar

**Bio Aardappelen: Frieslander
5.91€/3kg****Alles van gecontroleerd
biologische oorsprong****Bio en verpakking**

Alles wat bio is wordt verpakt, of toch wanneer we het in de 'gewone' supermarkt kopen. Het lijkt wel de omgekeerde wereld. Moeten wij net niet verpakken en het gangbare net wel verpakken?

Wanneer we dit laatste zouden doen, dan zou de afvalberg in principe groter worden, omdat gangbare producten nog steeds vaker gekocht worden dan biologische producten.

Toch strookt het nog altijd niet met waar we eigenlijk voor staan: een hart voor mens, dier en natuur. Om die reden blijven wij – en vele andere biologische producenten – steeds op zoek gaan naar ecologische verpakkingen, biologisch afbreekbare verpakkingen of composteerbare verpakkingen. De schaalpjes van de champignons zijn daar een voorbeeld van. Dit zijn composteerbare schaalpjes, die ook samengesteld zijn uit gerecycleerde producten.

De zoektocht naar dergelijke verpakkingen is echter geen evidentie en alhoewel er steeds meer producenten dergelijke verpakkingen ontwikkelen, blijft het een zoektocht om een geschikte verpakking te vinden. Ik hoop dan ook dat deze bedrijven blijven investeren om dergelijke verpakkingen te ontwikkelen.

Daarnaast biedt het verpakken van deze producten werk aan heel wat mensen die om de één of andere reden momenteel geen of weinig kansen krijgen in het normaal economisch arbeidscircuit (NEC). Met dit werk proberen we hen voor te bereiden om zo meer kansen te krijgen in het NEC en hen weer te laten 'groeien als mens'.

Ons 'hart voor mens, dier en natuur' zit zo verpakt in één activiteit!

Prettig verlof en een deugddoende vakantie voor iedereen!

Gevulde puntpaprika**Ingrediënten: 3 pers**

300 gr. Kippengehakt (of vegetarisch gehakt),
3 puntpaprika's, geraspte (belegen) kaas of cheddar
sjalotje, bosui 2x, klein blikje tomatenpuree,
peper, zout, knoflookpoeder

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 180 graden.

Snij de paprika's in de lengte doormidden en haal de pitjes eruit. Kook deze ong. 3 minuten. Snij het sjalotje fijn, en de bosui in ringetjes. Laat de tomatenpuree even goed aanbakken en voeg dit daarna toe aan het kippengehakt, voeg daarna ook de uitjes en bosui toe.

Bak het kippengehakt rul en breng op smaak met de peper, zout en knoflookpoeder.

Leg de paprika's in een ovenschaal en vul deze met het mengsel, bestrooi met de kaas. 15 minuutjes in de oven.

Een heerlijk gerechtje met veel smaak. Lekker met een groene salade van bijvoorbeeld spinazie.

