

## inhoud tassen

behoudens eventuele wijzigingen

### Bio groenten klein:

Stoofappel:  
Witloof: België  
Wortelen: inagro  
Champignon wit: België  
Rode kool: het zilverleen

### Bio groenten groot:

Prei: de lochting  
Stoofappel:  
Pompoen: haaghof  
Witloof: België  
Witte kool: inagro  
Champignon: België  
Wortelpeterselie: divers

### Bio groenten en fruit maxi:

Prei: de lochting  
Aardpeer: de lochting  
Witloof: België  
Witte kool: inagro  
Champignon wit: België  
Appel jonagold:  
Kiwi:

### Bio groenten en fruit mini:

Stoofappel:  
Witloof: België  
Wortelen: inagro  
Champignon wit: België  
Chinees kool: inagro  
Sinaas azahar:  
Banaan:

### Bio fruit:

Peer conference:  
Appel jonagold:  
Kiwi:  
Sinaas azahar:

### Aardappelen: Santé

Per 5kg : 4.80 €

### Ajuin: België

Per 3 kg: 3.56€

Alles van gecontroleerd  
biologische oorsprong

### De kippen van Lochting Izegem...en hun eitjes

Voor alle duidelijkheid waren de kippen er het eerst ....

Lochting Izegem huisvest 2 soorten bio kippen , namelijk de klassieke bruine legghen van het ras Isa Bruin en uiteraard onze "vlees" kip de Izegemse koekoek .

Legkip ras Isa Bruin

Om de 2 jaar worden er een 60-tal, 17 weken oude Isa bruins aangekocht bij een bio fokbedrijf met een momentele marktwaarde van 10 €/kip . Naast de nodige wettelijke vaccinaties worden de bio kippen in opkweek onderworpen aan de controles van BLIK , de organisatie die het bio label aan onze eieren toekent .Op een leeftijd van 22 weken komt de eierproductie op gang en kunnen onze doelgroepwerknemers elke dag het paasfeest vieren... Na controle en een eventuele wasbeurt ( beter niet om de natuurlijke beschermende laag te behouden) krijgen de eitjes een bio -garantie label opgestempeld en vertrekken ze samen op transport met de groenten richting Lochting Roeselare waar ze in onze vernieuwde Origin'O bio supermarkt geëtaleerd worden .

Naast de controle van de moederdieren en het opgroeiproces is uiteraard ook de voeding aan strenge bio normen gebonden . Zo bestaat hun legmeel uit 97 % biologisch geteelde gewassen .Extra gemalen oesterschelpen voor de schaalvorming mag wel van BLIK toegevoegd worden . Ook het kippenpark en - hok moeten aan bepaalde voorwaarden voldoen . Zo moet de vrije uitloop een minimum van 4 vierkante meter /kip beslaan en moeten de kippen per 6 in hun hok over 1 vierkante meter beschikken .

Momenteel is het wel zo dat de kippen door de ophokplicht van de overheid ( vogelpest bestrijding ) sedert 21/11/2014 en dit met verlenging tot 19/2 ! op stal staan en leggen ....met de nodige stro verversingen als gevolg .Tijdens het weekend wordt met een beurtrol door begeleiding en cliënten de kippenzorg georganiseerd .

Na hun meest productieve periode leveren de Isaatjes nog een substantiële bijdrage voor de Lochting vol- au- vent , een van onze topmenu's op de arbeidszorgspijkaart .

In een van de volgende nieuwsbrieven zullen we onze **Izegemse Koekoeks** verder toelichten.

Het Lochting Izegem team

### Ovenschotel met champignons, prei en wortelpuree

Ingrediënten voor 4 personen:

500 g aardappel, 500 g wortel, 1 ui, 1 teentje knoflook,  
250 g champignon, 250 g seitangehakt (of tofugehakt)  
1 el sojasaus, 800 g prei , 2.5 dl sojaroomb ,  
0.5 tl provençalse kruiden, nootmuskaat,  
zout & peper

Bereidingswijze:

Schil de aardappelen en de wortelen en snijd ze in grove stukken. Kook ze afzonderlijk gaar.  
Pel en snipper intussen de ui en de knoflook. Reinig de champignons en snijd ze in schijfjes.  
Stoof de ui glazig in wat olie. Voeg de knoflook en de champignons toe en laat dit alles 10 minuten stoven. Voeg het gehakt en de sojasaus toe en kruid met Provençalse kruiden, peper en zout.

Verwarm de oven voor op 180°C.

Snijd de prei in stukken en stoof de preistukjes afzonderlijk in wat olie gedurende 10 minuten.  
Roer er de 1.5 dl sojaroomb door. Kruid met peper en zout.

Verdeel het gehakt-champignonmengsel over de bodem van een ingevette ovenschaal. Leg de prei erbovenop.

Maak een puree door de worteltjes en de aardappelen fijn te stampen met 1 dl sojaroomb. Kruid met nootmuskaat, peper en zout en bedek de prei met de wortelpuree.

Zet de schotel 30 minuten in de oven.

Bron: Eva

