

Groente- en fruit pakketten

Week 3

Groentepakket

- bieten
- koolrabi
- schorseneer
- stoofpeer
- verrassing groente

Fruitpakket klein

2,5 kilo Biologisch- en streekfruit (minimaal 3 soorten)

Combi pakket

Groentepakket plus 1 kg streek en/of biologisch fruit

Fruitpakket groot – 4 kilo

Bananen, appels, peren en twee soorten streek en/of biologisch fruit

Menu 's zijn voor 4 personen

Rode bieten met macaroni uit de oven

1791

Ingrediënten:

800 gram	Rode biet
200 gram	Uien
2 stuk(s)	Citroen(voor sap)
300 gram	Macaroni
2 el	Bieslook
2 stuk(s)	Laurierblaadje
60 gram	Olijfolie
1 tl	Karwijzaad
2 naar smaak	Peper en zout
6 el	Rozijnen
100 gram	Kookroom
200 gram	feta
2 stuk(s)	Augurk
0,4 el	Honing

Schil de rauwe bieten en snijd ze in (heel) kleine blokjes. Fruit de ui in de olie en voeg dan de bietjes toe. Schep het mengsel enkele minuten om. Voeg kruiden en zout toe. Laat met het deksel op de pan alles ongeveer 10 min. smoren. Schep af en toe om en voeg indien nodig iets water toe.

Roer dan de rozijnen, citroensap of azijn en honing erdoor en laat nog ongeveer 5 minuten stoven.

Kook ondertussen in een pan water met zout de macaroni gaar. Giet de macaroni af en meng er feta, of vis, met de room, bieslook, augurk en bietjes door.

Schep het mengsel in een ingevette ovenschaal en deze ruim een half uur in het midden van een voorverwarmde oven op 175 graden. Maak de bietenschotel zonder oven klaar: Meng de klaargemaakte gare ingrediënten in een grote pan en laat het geheel nog even doorwarmen alvorens het gerecht op te dienen. Bijna net zo lekker als het ovengerecht.

Koolrabi-knolselderijshotel met spek en kaas

1783

Ingrediënten:

600 gram	Koolrabi
600 gram	Knolselderij
2 teentjes	Knoflook
100 gram	belegen kaas (geraspt)
150 gram	Ontbijtspek
125 gram	Demi crème fraîche
200 gram	Kookroom
2 tl	Kerrievoeder

Verwarm de oven voor op 200°C. Kook de koolrabi- en knolselderijplakken in water met zout in 7-9 minuten beetgaar. Laat ze uitlekken in een vergiet en dep ze droog.

Rooster intussen het ontbijtspek in een droge hete koekenpan knapperig. Roer de crème fraîche, de room, de knoflook, het kerrievoeder en zout en peper door elkaar.

Leg de koolrabiplakken in een laag op de bodem van de schaal. Giet de helft van de room erover, strooi de helft van de geraspte kaas erop en leg de spekplakjes erop. Verdeel de knolselderijplakken over het spek, giet de rest van de room erover en strooi de rest van de kaas erop.

Zet het gerecht 25-30 minuten in het midden van de oven tot het gaar en goudbruin is.

Stoofperentaartje

1522

Ingrediënten:

1	fles rode wijn
4 stuk(s)	stoofperen
1 stuk(s)	kaneelstokje
2 el	suiker
3 stuk(s)	bladerdeeg
1 el	aardappelzetmeel

Breng de rode wijn met het kaneelstokje en de suiker aan de kook. Schil de peren en kook ze in de wijn, in circa 1 uur gaar. Laat de peren in het vocht afkoelen, snijd ze in vieren en snijd het klokhuis eruit.

Zet de peren in de taartvorm in een cirkel strak tegen elkaar. Kook een flinke scheut van het vocht van de peren in en bind met het aardappelzetmeel aangeroerd met een beetje water. Laat 5 minuten doorkoken en afkoelen.

Schenk een scheutje kookvocht in de vorm op de peren. Laat de plakjes bladerdeeg ontdooien, leg de plakjes op elkaar en rol, op een met bloem bestoven werkbank, uit tot een vierkant van 20 x 20 centimeter. (let op dit is gebaseerd op 4 personen, wanneer je dit recept voor een groter aantal personen gebruikt zal dit wijzigen. Net zoals de maat van de springvorm)

Drapeer het deeg over de peren en prik het deeg in met een vork. Bak de taart op 180 graden, in circa 30 minuten goudbruin af. Los de taart op zijn kop en schenk het resterende kookvocht erover. Serveer direct.

Schorseneren met ham en ei

1134

Ingrediënten:

1 kg	schorseneren
20 gr	verse bieslook
1 tenen	knoflook
4 stuks	eieren
200 gram	gerookte achterham
2 el	witte wijnazijn
125 gram	crème fraîche
2 tl	mosterd
1 snufjes	peper en zout

Doe de azijn in een ruime kom met water. Schil de schorseneren met een dunschiller en halveer. Leg de stelen direct na het schillen in het azijnwater. Neem de schorseneren uit de kom en breng met schoon water en zout aan de kook. Kook ze in 15 min. gaar.

Kook de eieren in een steelpan in 8 min. hard. Roer ondertussen de crème fraîche los. Pers de knoflook. Meng de crème fraîche met de knoflook, mosterd en bieslook. Breng op smaak met peper en zout.

Laat de eieren onder stromend water schrikken. Pel en halveer ze. Giet de schorseneren en krieltjes af. Verdeel de schorseneren met de ham en eieren over borden. Schep er een lepel bieslookroom bij.