nieuwsbrief 19 maart

Dag iedereen!

Wat een gedrocht in het pakket, KOOLRAAP. Niet te verwarren met koolrabi. De naam is niet sexy, en zijn vorm nog veel minder. Bovendien hebben de koolvliegen het ook gemunt op deze knollen, waardoor hun larfjes vanbuiten allemaal gangetjes hebben gegeten. Gelukkig is dit maar oppervlakkig en kan je het er gemakkelijk van snijden. Blijkbaar is koolraap populair in Nederland, en dit jaar wilde ik het nog eens op het veld zetten. Vroeger hadden we dit al eens gedaan, maar ik was blijkbaar vergeten dat het niet zo voldoening gevend is om deze groente te kweken. Vinden jullie ze lekker? Laten jullie iets weten via mail?? Dan kan ik beslissen of ik ze dit seizoen achterwege laat of niet. Idem met de broccoletti, wat vonden jullie er van?? bioboerderijtambrozijn@gmail.com.

Bon, de koolraap dus. Niettegenstaande je zou vermoeden, is de koolraap eigenlijk wel echt lekker, verrassend zoet! Geen scherpe smaak zoals bij gewone raapjes. En van textuur vergelijkbaar met zoete aardappel. Mijn favoriet: in frietjes gesneden, in de oven met voldoende olijfolie erover, en peper en zout. In een oven van 180 graden, ik roer er af en toe eens in zodat ze niet verbranden en de frietjes genoeg olie kunnen absorberen. Natuurlijk is het pakket ook wel ideaal om een hutsepotje te maken: pastinaak, koolraap, wortel, prei (en ajuin) en natuurlijk aardappelen. Alles in blokjes doen, even aanstoven in de pot, daarna een lekkere bouillon er bij doen en mooi laten sudderen. Ook de kindjes zullen het wel smaken (alvast mijn zoontje van 3 toch). Een beetje spekjes in de hutsepot maakt het geheel natuurlijk extra smakelijk en aantrekkelijk.

Op het veld in de open lucht zijn we nog niet echt begonnen met planten en zaaien. Het is eventjes nog te nat, maar we hebben toen het nog droog was wel al een deel van het veld 'proper' gemaakt en klaargemaakt om te kunnen starten zodra het wat droger is. Maar de serres, die staan wel al propvol! Spinazie, wortel, sla, raapsteel, pittige slamix, koolrabi, paksoy, bloemkool en warmoes. Schoon hoor, ik maak deze week eens een foto'tje en deel het op facebook! Nu is het wat te triest weer om een mooie foto te maken... Het is eigenlijk een moeilijke periode om mooi gerief in het pakket te doen verschijnen. Onze eigen oogst is zo goed als op, de nieuwe groentjes hebben nog wat tijd nodig om te groeien. De 'Hungry Gap', een periode van overgang, in with the new, out with the old, maar zo snel gaat dat niet hoor! We zijn letterlijk nog niet aan de nieuwe patatten, en moeten nog eventjes eten van de 'oude' knollen die steeds meer sleet vertonen. Normaal hebben we deze periode nog de laatste spruitjes, maar door het warme weer in november, zijn ze veel sneller slijtage gaan vertonen. Dat is niet echt 'normaal' weer voor deze wintergroente. Een beetje lelijke buitenste blaadjes

is niet zo erg, maar trop is trop. Met de klepelmaaier (een soort grote grasmachine voor achter de tractor) de grote reuzen in stukjes hakken doet deugd, het veld wordt weer proper en het nieuwe seizoen staat te lonken!

groetjes- team Ambrozijn

Koolraap met een krokant korstje

ingrediënten

- 1 kleine koolraap
- 1 ui
- 1 el room
- taco kruiden

voor de korst:

- 30 g boter
- 60 g bloem of gebuild tarwemeel
- kruidenzout
- 15 g geraspte oude kaas
- 75 g feta
- 1/2 el sesamzaad

Bereiding

1. Breng een bodem water met wat zout aan de kook.
2. Doe hierin de geschilde en in stukjes gesneden koolraap en kook ongeveer 20 minuten.
3. Maak ui schoon en bak ze zachtjes in wat olie tot de ui lichtgeel is.
4. Klop de room met de taco kruiden.
5. Giet de koolraap af en meng deze door de room met de ui en paprika.
6. Schep het mengsel in een ingevette ovenschaal.
7. Voeg aan bloem boter, kruidenzout, geraspte kaas, feta (verkruimeld) en sesamzaad toe.
8. Maak hiervan een kruimelig deeg.
9. Strooi het kruimelige deegmengsel over de gevulde ovenschotel en bak het 25 minuten op 200 °C in een voorverwarmde oven.

Kruidig gebakken koolraap en worteltjes

ingrediënten

- 500 g koolraap
- 10 wortelen
- 3 cl balsamicoazijn
- 3 cl olijfolie (extra vierge)
- esdoorn siroop

- 1 takje rozemarijn
- zout & peper

Bereiding

1. Snij de wortelen en de raap in dunne plakjes of dikke lucifers.
2. Stoom de groenten gedurende ongeveer 8 minuten.
3. Verwarm de olijfolie en voeg de groenten, de azijn, de siroop en de kruiden toe.
4. Plaats een deksel op de pan.
5. Laat de groenten bakken tot ze lichtjes gebruind en beetgaar zijn.

Ovenschotel met koolraap en wortel

- 500 gr mager rundergehakt
- 1 runerbouillonblokje
- Zout en peper

- 7 middelgrote aardappelen, geschild en in twee gesneden
- 4 middelgrote wortelen (in stukjes)
- 1/2 koolraap (in stukjes)
- 1 ui (fijngesneden)

1. Pak en grote en een kleine pan. In de kleine pan leg je de een paar stukjes wortel en een paar stukjes koolraap. In de grote pan leg je de rest van de wortel en koolraap samen met de ajuin.
2. Voeg het gehakt toe aan de grote pan en voeg water toe in beide pannen.
3. Zet de twee pannen op het vuur en bak terwijl je regelmatig roert.
4. Kook de aardappelen 20 minuten gaar.
5. Doe de bouillon, peper en zout in de pan met vlees.
6. Zodra het vlees en de groenten gaar zijn, doe je ze in een ovenschaal. Hoe het pannetje met de groenten apart.
7. Pureer de aardappelen en leg ze op het vlees-groentenmengsel
8. Zet de ovenschotel in een voorverwarmde oven tot de bovenkant bruin wordt (ongeveer 15 minuten).
9. Serveer en decoreer met de apart gehouden wortelen en koolraap.