nieuwsbrief 10 oktober '21

Beste pakketter!

Sinds September ben ik stagiair bij 't Ambrozijn. Door mijn interesse in de productie van voedsel op een duurzame en biologische manier was ik op zoek naar ervaring die daarbij aansloot. Tijdens mijn zoektocht naar bioboerderijen in de buurt sprong 't Ambrozijn er al snel tussenuit als interessante werkplek, vooral vanwege het diverse aanbod aan groenten en ook de werkwijze waarop deze worden geproduceerd en verkocht. Christel shenkt namelijk niet enkel aandacht aan de gekende groenten (Wortel, Rode biet, Paprika enz) maar ook aan "vergeten" groenten zoals Pastinaak of Koolrabi. Het concept van korte keten was iets onbekends voor mij maar niet te min net iets waar ikzelf helemaal achter sta. Ik vind het namelijk heel belangrijk dat consumeren op een zo verantwoordelijk mogelijke manier gebeurd. Met zo weinig mogelijk negatieve invloed voor milieu en omgeving. Christel zet zich daar enorm voor in door het lokaal produceren & verkopen van haar producten. Het gebruik van plastic is moeilijk om volledig te vermijden, maar hier wordt die plastic net zo veel mogelijk hergebruikt of is die volledig biologisch afbreekbaar. Verder wordt onkruid niet bestrijd met chemicaliën en worden de gewassen beschermd van insecten door middel van herbruikbare doeken. Ik kan alleen maar hopen dat er steeds meer gelijkaardige projecten op poten worden gezet, want volgens mij is dit de manier van werken naar de toekomst toe.

Een gezonde en duurzame samenwerking tussen mens en natuur is broodnodig als we een gezonde en gelukkige toekomst willen zonder vervuiling of hongersnood. Al van jongs af aan vraag ik me af wat het leven net inhoudt, en waarom bepaalde dingen zijn zoals ze zijn. Ik merk dat zowel leeftijdsgenoten als anderen steeds minder begrijpen waar hun eten vandaan komt of wat de impact ervan is. Terwijl voedsel een fundamenteel onderdeel is van ons bestaan. En net daarom ben ik dan ook dankbaar dat ik binnen het thema van mijn intersesses ervaring mag opdoen op de Bioboerderij. Het werk hier is soms wel intensief, omdat we bijvoorbeeld vaak het slechte weer trotseren. Gelukkig heerst er een heel postieve en gemotiveerde sfeer onder de collega's en voorziet Christel ons graag van verse soep als we ons 's middags opwarmen. Ik dacht al een goed idee te hebben van wat er nu juist komt kijken bij de productie van ons voedsel, maar in de afgelopen maanden heb ik al vaak veel verassende feiten geleerd en heel wat nieuwe groenten leren kennen. Graag zou ik op mijn beurt anderen willen helpen meer bewust te eten en te leven. Omdat ik er van ben overtuigd dat kwalitatief en puur eten de basis vormt van een gelukkig leven.

Kruidige spruitjes

Fruit 1 gesnipperde ui en 2 geraspte teentjes knoflook in wat boter of kokosolie tot de ui glazig is. Voeg 1 tl kaneel (of cassia), een snufje cayennepeper, 1 tl kurkuma, een steranijsje, een snufje venkel poeder (of enkele gekneusde venkelzaadjes en een snufje gemalen kruidnagelkopjes toe. Bak even mee. Voeg 400 g spruitjes toe en bak ook even mee. Blus met wat water en breng aan de kook. Zet het vuur lager en laat ca 10 min sudderen. Voeg een scheutje citroensap toe en 1 tl honing en meng goed. Bak zonder deksel verder tot alle vocht verdampt is. Breng op smaak met zout en een beetje nootmuskaat.

Tip: Je kan samen met de spruiten ook een beetje geraspte citroenschil toevoegen. Geeft een aparte smaak.