nieuwsbrief 22 september '23

Hoi iedereen

Vandaag is het 22 september, de verjaardag van uw boerinnetje Christel. 33, amai, ik ben precies al volwassen aan het worden :).

Ik kreeg deze week een brief van een abonnee, puur voor een praktische aangelegenheid. Zij zijn al wat ouder, niet overdreven hoor, maar ze communiceren graag via brieven. Daarin werd ik echt geraakt! Ze noemden mij 'onze bio-boerin' en schreven het volgende er bij. " Herfst en dan winter, rustiger tijd van de werken van de aarde. Ook dat willen wij je toewensen: rustiger en weer op krachten komen om 2024 vol nieuwe moed aan te vatten. Met dankbaarheid en respect. " Snappen jullie dat ik echt vertederd was en trots op wat ik op mijn 33e doe?

Wat ik wel nog wil zeggen is dat Indy, Gino en Andrii hier ook echte boeren zijn. Ze doen het allemaal zo goed, ik ben zo trots op hen en ik verdien dus zeker niet alle eer. Meer nog, zonder hen zou ik helemaal geen boerin zijn!

Voorts hier op het veld...De leerlingen van Atelier B, school voor leerlingen met autismespectrum, is hier terug van de partij. Dit jaar zijn ze met 9 en het is nogal overrompelend om zo'n bende los te laten op het veld. Het lukt wel, omdat er 2 leerkrachten zijn, en wij zijn met 3 om er eentje, twee of 3 onder onze vleugels te nemen. Cuties :).

Zo toverden we op 2 dagen 1 vleugel van onze grote serre om van zomer naar herfst modus. De courgettes en snijbonen vlogen eruit en de herfstige en winterse salades gingen alweer de grond in. Postelein, asia mix, babyleaf, veldsla, rucola, mosterdblad, kervel : dat staat jullie allemaal te wachten. 1000'en plantjes gezellig bij elkaar, met de dagen die snel korter worden houden ze elkaar gezelschap. Tot ook zij terug plaats zullen moeten maken in de lente voor de tomaten, paprika's,enz. (aleja, hiertussen komt nog eens een ronde van bladgewasjes hoor, maar dat past niet binnen het intieme tafereeltje dat ik even wil schetsen). Ik ben nogal in romantische modus blijkbaar aan mijn schrijven te zien :).

Even praktisch. Jullie krijgen vast en zeker regelmatig groenten op jullie bord die jullie nog niet zo goed kennen. Vandaag zit er paksoy in het pakket. Paksoi is eigenlijk een aziatische groente en past dan ook super in wokskes. Of zoals ik dit doe, in een mengelmoes van groentjes in 1 pan. Paksoi komt het best tot zijn recht als je deze niet te lang bakt, stooft,.. zodat hij nog licht knapperig blijft. Ook in een maaltijdsoepje of zo een niet gemixte soep met brokjes groenten is het een aanrader. Paksoi past goed bij paprika. De paprika wat bakken tot gaar, en dan de paksoi er bij. Ik doe er zelf wat sesamolie en sojasaus bij, en als extraatje

eventueel wat geroosterde cashewnoten bij niet-tijdsgebondenheid.

Veel plezier!

Noedels met zalm en paksoi

- 250 gram Chinese eiermie
- 1 visbouillontablet
- 250 gram zalmfilets (in dunne repen)
- 1 theelepel sesamolie of
- 1 theelepel olie
- 1 eetlepel sojasaus
- 300 gram paksoi (fijngesneden)
- 4 lente-/bosuitjes (in ringetjes)
- 0.5 bosje koriander (fijngehakt)
- 2 eetlepels sesamzaad (geroosterd)

1. Bereid de mie in 1 liter kokend water met het bouillonblokje. Roer de mie los met een vork en giet de helft van de bouillon uit de pan.
2. Voeg de zalm toe en laat afgedekt nog 2 minuten nagaren. Giet denoedels voorzichtig af boven een vergiet zodat het meeste vocht wegloopt. Roer de sesamolie en sojasaus erdoor.
3. Schep de paksoi erdoor tot deze licht is geslonken. Verdeel over 4 kommen. Bestrooi met de bosui, koriander en sesamzaad. Serveer direct.

Rode koolsalade

600 gram rode kool

100 gram rozijnen

75 gram walnoten

4 eetlepels mayonaise

40 yoghurt

100 milliliter water

1 citroen

peper

2 appels

Verwijder de buitenste bladeren van de rode kool, rasp de kool dan heel fijn op een rasp of snijd ze heel fijn met een mes.

Schil de appels, verwijder de klokhuizen en snijd de appel in kleine blokjes. Meng ze samen met de rode kool en de rozijnen in een schaal.

Hak de walnoten iets fijner en schep ze door het rode koolmengsel.

Rasp de helft van de schil van een citroen en pers dan 2 eetlepels citroensap uit. Meng de rasp en het sap samen met de mayonaise, yoghurt en het water tot een dressing, Doe alle ingrediënten bij elkaar en breng het op smaak met peper, zout en wat citroensap. Balsamico azijn kan natuurlijk evengoed als citroen!

Christel, Gino, Indy en Andrii. Oja, en pa natuurlijk ook...