

Groenten zaaien op Odin boerderij De Beersche Hoeve



Ondanks dat we nog midden in de winter zitten, merken wij op Odin boerderij De Beersche Hoeve dat het werkseizoen weer begonnen is!

Teeltplan

Het teeltplan, waarin we beschrijven welke gewassen we op welke akkers zaaien, is af (elk jaar weer een puzzel). En de zaden die we daarvoor besteld hebben zijn binnen! De weekplanning staat weer vol met de voorbereidingen. Tussen de regenbuien door hebben we compost uitgereden op het land waar straks geplant gaat worden. Het is belangrijk dat de uitgereden compost even de tijd heeft om met de grond op de akker te 'verbinden' voordat de jonge groentes worden geplant.

Zaaien in etappes

We zaaien de zaadvaste groentezaden in verschillende etappes, zodat het niet allemaal in één keer klaar is en we gefaseerd kunnen oogsten en leveren aan de winkels. Sla, kool, andijvie, bietjes en venkel zaaien we 2 of 3 keer, steeds met intervallen van 2 tot 4 weken. Deze groentes worden allemaal voorgezaaid, maar over een paar weken zal het voor een aantal gewassen al warm genoeg zijn om direct in de volle grond gezaaid te worden, bijvoorbeeld de rode bieten.

Zaadvaste groenten

Alle groentes die we verbouwen zijn zaadvaste rassen. Deze rassen zijn biologisch veredeld en niet gehybridiseerd en dus in staat om tot bloei te komen en te reproduceren, wat met gangbare rassen niet kan en mag. Dit vinden we belangrijk om verschillende redenen, waaronder behoud van kwaliteit, eigenheid van het gewas en autonomie van de boer.

Ga je zelf ook in de moestuin aan de slag? Koop je zaadvaste zaden online bij De Beersche Hoeve of via Odin.

Masi goreng met groenselderij

Met groenselderij geef je nasi het friskruidige accent wat het zo lekker maakt! Lekker met cassavekroepoek en komkommerzoetzuur.



Ingrediënten

- 150 g (snelkook) zilvervliesrijst
- 1 uitje, gesneden
- 1 teen knoflook, geperst
- 1 tl gemalen komijn
- 1 tl gemalen koriander
- 1 tl gemberpoeder
- 1 kleine rode peper, ontpit en fijngesneden.
- 3 stengels groenselderij
- 100 g prei
- 50 g taugé
- 2 eieren
- een scheutje melk
- peper en zout
- fijn geknipt groenselderijblad
- ketjap of tamari
- olie om in te bakken

Bereidingswijze

1. Kook de rijst gaar.
2. Ui, knoflook, rode peper en specerijen fruiten in wat olie.
3. Prei wassen en in ringen snijden. Groenselderijstengels wassen en in stukjes snijden.
4. Prei en selderij toevoegen en bijna beetgaar roerbakken.
5. Eitjes los kloppen met 1 el fijn geknipt groenselderijblad en een scheutje melk.
6. Bak een omelet en snijd deze in kleine reepjes.
7. Rijst, taugé en omelet reepjes door de groente scheppen en bakken tot alles door en door warm is.
8. Op smaak brengen met peper, zout, fijn geknipt groenselderijblad en ketjap of tamari.
9. Serveren met bijv pindasaus, atjar tjampoer, kroepoek en seroendeng (kokosstrooisel).

Variatie: voeg blokjes tofu of ham toe.

...deze en meer inspirerende recepten vind je op Odin.nl

Champignontaartje

Eenvoudig en snel champignon taartje. Je kunt natuurlijk variëren met andere paddenstoelen en ook nog wat gesneden prei, selderij of paprika toevoegen. Maak er een frisse salade bij en je hebt een smakelijk maaltje.



Ingrediënten

- 6 velletjes bladerdeeg
- 200 g champignons, in kleine stukjes gesneden
- 1 ui, fijngesnipperd
- 1 teentje knoflook, geperst
- een klontje boter
- een scheutje slagroom
- 3 eieren, los geklopt
- 150 ml kwark
- tijm en basilicum
- peterselie of selderij naar smaak
- peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Laat het bladerdeeg ontdooien.
3. Bak de paddenstoelen met ui en knoflook een paar minuten in boter en voeg dan slagroom toe. Laat het geheel even op een zacht pitje staan. Voeg tijm, basilicum, peterselie en/of selderij toe en maak op smaak met peper en zout.
4. Meng de kwark met de los geklopt eieren en schep er het paddenstoelen mengsel door.
5. Bak de bodem voor. Bekleed daarvoor een quichevorm met het bladerdeeg, leg een bakpapier erin en vul de bodem met (bak)bonen. Bak 12 minuten voor. Haal uit de oven en schep er het champignonmengsel in. Bak het taartje ongeveer 20 minuten in de voorverwarmde oven en serveer.

Variatie met prei, paksoi of groenselderij:

Blancheer in stukjes gesneden groenten een paar minuten in kokend water en laat ze uitlekken. Schep ze door het paddenstoelenmengsel.

Gebruik eventueel meer bladerdeeg indien u een grotere ovenschaal nodig heeft.

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biodynamische groenselderij
Camposeven in Murcia, Spanje

biologische courgette
Hortifervisa in Nijar, Spanje

biodynamische rode kool
Stadsboerderij in Lelystad, Nederland

biologische kastanjechampignons
Paddenstoelenrijk in Rossum, Nederland

biodynamische veldsla
De Lepelaar in St. Maarten, Nederland

biologische navel sinaasappels
Azahar in Valencia, Spanje

biologische bananen
div. telers, Ecuador