

Volgend oogstaandeel: vrijdag 3 februari

Let op: Receptenblad bijgevoegd!

Bericht van het land (Tineke, 17 januari)

Op dit moment van schrijven is Roby met een aantal deelnemers de spruiten, boerenkool en savooiekool van het land aan het halen.

Net voor de vorstnacht die voorspeld is. Er hebben zich op mijn vraag om hulp zo'n 8 deelnemers gemeld die allemaal een dagdeel konden helpen. Super fijn!

Zitten we opeens weer met negen mensen rond de koffie in plaats van met drie of vier!

Na de welverdiende kerstvakantie begon het jaar aardig onstuimig voor ons.

Twee zieken in het toch al kleine winter- tuinbouwteam en een tijdelijke verhuizing van de kantine. Ook nog een caravan die teruggebracht moest naar de eigenaar en zo kwamen we de week wel door zonder veel tijd te hebben om de pakketten voor te bereiden.

In de kantine wordt nu door de klussers een nieuwe keuken gemaakt. Nieuw tweedehands, want onze oproep eind vorig jaar bracht ons bij een kennis van een deelnemer die nog een prima keuken had staan die vervangen ging worden.

Het is een grote keuken, en anders van vorm, dus Paul had de eer om uit te denken hoe we die keuken passend gaan maken in onze kantine. We zijn allemaal heel benieuwd wat daar uitrolt en verheugen ons op de betere standaard.

Iemand noemde gister onze oude keuken de keuken met de meeste gebruikssporen van heel Nederland! Ha ha, hij hing dan ook werkelijk met duct tape en touw aan elkaar de laatste tijd. Een mooie winterklus om de keuken te vernieuwen. Ook het plafond is weer gewit. We zijn ook best voldaan dat een keuken nog weer hergebruikt kan worden en we niet nieuw hoeven te halen. Er zijn al zoveel spullen op de wereld... Maar goed, we hebben dan wel geluk dat we een ervaren timmerman op het erf hebben, want het is best gecompliceerd om 'm te plaatsen.

Al met al vliegen de dagen om. En deze week is 't best spannend of we alle groenten die we bedacht hadden om te leveren ook daadwerkelijk in de zakjes krijgen. Zelfs ik heb m'n overall weer uit de kast gepakt, dat is voor het eerst sinds ik vorig jaar uit de roulatie raakte met m'n diagnose. Ook wel weer heerlijk, al moet ik door m'n collega's een beetje afgeremd worden.

Fijn dat we nog zoveel eigen producten hebben. We hebben nu na het oogsten zelfs nog wat over op het land, wie weet voor volgende keer nog kleine porties. Da's altijd afwachten, de groenten 'slijten' nu snel op het land, is het niet door het warme weer (!) dan is het wel door de kou.

Volgende week, in de pakketloze week gaan we in de kas aan het werk. Dat geeft al weer een voorjaarsgevoel. Hopelijk is ons team dan weer op sterkte zodat we een mooie slag kunnen slaan. Qua pakketten blijft het nog wel even winters hoor! Het is nog maar januari tenslotte. Charlie en Roby hebben trouwens een receptblad gemaakt. Ze houden erg van kokkerellen dus voordat zij ons weer gaan verlaten gaan ze nog even hun toprecepten met ons delen. Zie verderop in de nieuwsbrief! Sommige producten zoals palmkool, prei en biet komen pas de volgende levering, dus bewaar het blad goed, bijvoorbeeld in het receptenboekje.

Onze oproep in het decembernummer heeft trouwens een nieuwe winkeljuf opgeleverd voor de dinsdag. Heel fijn! Wim Broeks, in 't verleden vaak actief rond prdingen hier, heeft de schone taak op zich genomen.

Als zich nog iemand voor de vrijdagmiddag zou melden zou helemaal mooi zijn,

Zie verderop onze oproep, er zijn meerdere terreinen waar we hulp kunnen gebruiken.

Met name onze chauffeursvraag is best dringend, zeker als we straks weer wekelijks de routes rijden.

Meewerkende deelnemers gezocht!

Op de volgende gebieden kunnen we goed jullie hulp gebruiken. Voor wie zou dit wat kunnen zijn? Neem contact op met Tineke, via de mail gaat het het gemakkelijkst: info@oosterwaarde.nl

- **Chauffeur** op de vrijdagochtend, eens per 2 weken. Dringend!
Wegens ernstige ziekte van Alex, een van onze trouwe chauffeurs, valt er een gat op de vrijdagochtenden. Voor wie zou dit wat zijn om in te vullen? Belangrijk is: we moeten er op kunnen rekenen, ruiten is vaak wel mogelijk en nood breekt wetten natuurlijk. Het gaat niet alleen om de bus vakkundig besturen, maar ook om kisten sjouwen en stapelen, de boel netjes neerzetten, controleren en goed optellen op alle details. De ervaring leert dat het fijn is om er een rijder bij te hebben. Misschien gezellig met je partner of een vriend of vriendin? Je bent nodig van ongeveer 10.30 tot 13 uur.
- **Nieuwsbriefinterviewer.** Nanneke heeft avontuurlijke plannen en gaat het duo interviewers weer verlaten. Wie oh wie zou het leuk vinden om eens per 2 maanden het interview te verzorgen? Het gaat telefonisch. Verdere details bij Tineke.
- **'Winkel 'juf'** m/v. Vorig jaar waren we met een leuk clubje winkeljuffen. Om verschillende redenen is echter iedereen langzamerhand weer gestopt. Wie zou het passen om op vrijdag de winkel te doen? Voor de dinsdag hebben we nu iemand gevonden. Als het niet druk is combineren we het met teruggebracht fust (zakjes etc.) sorteren. De tijden zijn van 14 tot 17 uur.

Mindfulness op de Oosterwaarde: een aanrader! Start 8 februari

Tanne heeft in haar nieuw te starten mindfulness cursus nog enkele plekken vrij. Zie ook het stukje in de vorige nieuwsbrief. De cursus is op de woensdagavond en duurt 8 weken. Ergens in maart is er bovendien een verdiepings-/oefenzaterdag. Lotte, onze net afgezwaaide medewerkster deed mee afgelopen herfst en kan 'm van harte aanbevelen.

“Afgelopen herfst heb ik de achtweekse mindfulness-training van Tanne gevolgd. Ik had al enige ervaring met yoga en meditatie en het leek mij prettig om dit weer wat op te frissen. Ik was dan ook aangenaam verrast dat het mij veel meer bracht dan dat. Tanne's zorgvuldige woorden zorgen samen met het werkboek voor een heel compleet en diepgaand programma. Zittende, staande en lopende oefeningen wisselen elkaar af. De reflectiemomenten in de wekelijkse bijeenkomsten hielpen mij te begrijpen en toe te passen wat ik leerde. De stiltedag was de kers op de taart.

Tanne creëert een veilige omgeving waarin ik op zoek kon naar wat er in mij leeft. Om er vervolgens met mildheid naar te leren kijken. Ik gun deze training iedereen! “

Kijk voor meer informatie op de site van Tanne www.tanneverhulst.nl of beter nog, neem contact op met Tanne via info@tanneverhulst.nl of telefonisch 06-14111904.

Wacht niet te lang want 8 februari is de start!

Teeltplan februari

Volgens het teeltplan worden er de komende maand de volgende producten geleverd:

Aardperen	Appels	Pot augurk
Kievitsbonen	Knolselderij	Koolraap
Palmkool	Pastinaak	Prei
Rode biet	Schorseneren	Spruiten
Veldsla	Winterpeen	Winterpostelein
Wortelpeterselie	Witte kool	Zuurkool

En natuurlijk aardappelen en eieren. Niet alle producten zijn de hele maand leverbaar. Sommige alleen in het begin, andere alleen aan het eind van de maand. De producten zijn ook in de boerderijwinkel verkrijgbaar. De winkel is geopend op dinsdag- en vrijdagmiddag van 14 tot 18 uur en op zaterdagochtend van 10-13 uur.

Colofon: Deze nieuwsbrief is een uitgave van de Oosterwaarde, Sallandsweg 6, 7431 PX Diepenveen.

Aan deze nieuwsbrief werkten mee: Tineke Bakker, Erik Buiskool (red.).

De Oosterwaarde is een pergola-associatie (CSA) voor 245 deelnemende huishoudens in Deventer en omgeving die wekelijks een aandeel in de oogst ontvangen.

Alle producten van de Oosterwaarde dragen het Bio- en Demeter-keurmerk.

Boeren en vaste medewerkers zijn: Tineke Bakker, Famke Dil, Charlie Jansen, Roby Lalkens (stagiaires);

Tanne Verhulst (deelnemersadministratie), Paul Botter (klussen en onderhoud).

e-mail: info@oosterwaarde.nl Website: www.oosterwaarde.nl

De Oosterwaarde is ook te vinden op Facebook met actuele foto's en berichtjes.

Facebookgroep recepten: Oosterwaarde Oogstrecepten.

Info over onze buiten-BSO zie Facebook: Buiten BSO de Oosterwaarde
of mail naar oosterwaardebso@gmail.com



Oekraïense Borscht van Dimitri

Nodig:

Rode biet
Aardappel
Selderij
Gele ui
Wortel
Twee tenen knoflook
Dille
Olie
2 liter Bouillon (kip/groente)
Witte wijn azijn
2 à 3 Laurierbladeren
Blikje tomatenpuree
Beetje suiker
Blik witte, boter- of kidney-bonen

Keukenmachine of rasp
Mes
Soeppan
Koekenpan

Snijd de aardappel in "hapgrote" stukjes, en leg deze in koud water;
Snijd de selderij en ui in kleine stukjes;
Snijd de wortels in plakjes;
Rasp de biet.

Zet de soeppan op het vuur met de olie en voeg als eerst twee derde van de geraspte biet toe en bak dit rustig voor 10 minuten, voeg dan de bouillon toe en vervolgens de aardappel. Als deze kookt voeg je de wortel toe en brengt ook deze aan de kook.

Zet een koekenpan op het vuur, voeg olie toe en roerbak de ui en selderij. Als deze zacht worden en kleuren voeg je de overige biet, de tomatenpuree en, optioneel, een beetje suiker toe, bak nog 30 seconden en voeg het geheel toe aan de soep samen met het blik bonen incl. het bonenvocht.

Voeg nu nog twee of drie eetlepels azijn, de laurierbladeren, zout en peper, twee tenen knoflook (geperst) en dille toe en laat verder koken tot alles gaar is.

Serveer met een lepel crème fraîche en eventueel nog verse dille.

Zuurkool dumplings van August

Nodig:

Zuurkool
500 gr Bloem of meel
500 ml Water
Eetlepel zout

Koekenpan
Kookpan
Stoommandje of vergiet

Kook water in de pan en zet het vergiet/stoommandje er op.

Maak van de bloem, water en zout een elastisch deeg en verdeel deze in kleine rondje pannenkoekjes, leg in het midden wat zuurkool, niet te veel, vouw het pannenkoekjes dubbel en druk met een vorkje de randen dicht. Leg deze in het vergiet/mandje voor ongeveer 10 minuten.

Zet de koekenpan op het vuur met olie en bak hier in de dumpling aan beide kanten goudbruin.

Serveer naast bijvoorbeeld Borscht! Je kan natuurlijk van alles in deze dumpling doen, bijvoorbeeld de rode kool.

Palmkool-Prei pesto pasta van Sasha

Nodig:

Prei
Bosje palmkool
Knoflook
Zonnebloempitten
Pasta naar keuze
Olijfolie
Zout
Peper

Kookpan
Sauspan
Koekenpannetje
Keukenmachine/staafmixer
Mes

Snijd en was de prei
Scheur de palmkool van de bladnerf
Snijd de knoflook klein
Rooster de zonnebloem pitten

Zet de sauspan op het vuur met olie en als deze warm is voeg je de prei toe, even fruiten en voeg dan de palmkool, knoflook, peper en zout naar smaak toe.

Kook ondertussen de pasta, uiteraard al dente, giet het water af maar vang dit op en voeg dit deels, naar eigen inzicht, toe aan de prei en palmkool. Als de prei en palmkool zacht zijn gaan deze met de zonnebloempitten, nog wat olijfolie en evt. nog wat pastavocht in de keukenmachine, met als resultaat een mooie gladde pesto. Roer deze door de pasta, serveer eventueel met wat peper en wat peterselie als garnering.