

Groentepakket week 19-2018  
OVERESCH EKOLOGISCHE LANDBOUW

Hondemotsweg 40, RAALTE  
telefoon 0572-391674  
www.overesch.nl  
info@overesch.nl



Deze week in het pakket: paksoi, venkel, broccoli en sla

## Gewokte varkenslapjes met paksoi op citroenrijst

2 cm gember  
1 citroen  
250 g basmatirijst  
1 prei  
2 tenen knoflook  
1 rode peper  
1 struik paksoi  
4 varkenslapjes  
25 ml zonnebloemolie  
4 el sojasaus  
2 el chilisaus  
1 bosje koriander

### Bereiding

Snijd 2 cm gember fijn en rasp de schil van de citroen. Kook de rijst in water met een beetje zout, de gember en citroenzest in circa 8 minuten gaar. Laat de rijst nog 5 minuten met de deksel op de pan staan en schep om.

Snijd de prei in ringen. Pel en snipper de knoflook fijn. Halveer de peper, verwijder de zaadlijsten en snijd fijn. Snijd de rest van de gember fijn. Snijd de paksoi in reepjes. Snijd de varkenslapjes in reepjes.

Verhit een wok of hapjespan met zonnebloemolie en fruit de prei met de knoflook, peper en gember. Voeg de reepjes varkenslapjes toe bak bruin. Voeg op het laatste moment de paksoi toe. Breng op smaak met sojasaus en chilisaus.

Snijd de koriander grof.

Serveren

Server de woksotel met citroenrijst en verse koriander.

## Zalm met venkelsalade

Aardappelpannenkoekjes  
8 grote vastkokende aardappels  
1 ei  
1 el maïzena  
zonnebloemolie  
Zalmdobbelstenen  
400 g zalmfilet  
Venkelsalade  
3 venkelknollen  
1 sjalotje  
1 el olijfolie extra vierge  
1 el witte wijnazijn  
Serveren  
4 takjes dille  
100 ml crème fraîche  
Extra nodig:  
keukenpapier  
rasp

### Aardappelpannenkoekjes

Schil en rasp de aardappels.

Meng in een kom de aardappelrasp, het ei en de maïzena. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.

Verhit een ruime scheut zonnebloemolie in een pan en bak de aardappelpannenkoekjes in circa 6 minuten goudbruin en krokant. Bak circa 2 aardappelpannenkoekjes per persoon.

Laat de aardappelpannenkoekjes uitlekken op een bordje met keukenpapier.

### Zalmdobbelstenen

Dep, indien nodig, de zalmfilets droog met keukenpapier en snijd de zalm in dobbelstenen.

Bestrooi de zalm met een beetje zout en versgemalen peper.

Verhit een scheut zonnebloemolie in een koekenpan en bak de zalmdobbelstenen om en om in circa 3 minuten gaar.

### Venkelsalade

Halveer de venkelknollen in de lengte, verwijder de kern en snijd de venkel in dunne reepjes.

Snijd de sjalot in halve ringen.

Meng in een kom de olijfolie en de witte wijnazijn. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper. Meng de venkel en de sjalot door de dressing.

### Serveren

Pluk de dille.

Verdeel de aardappelpannenkoekjes, zalmfilet en de venkelsalade over borden.

Schep een lepel crème fraîche op het gerecht en strooi de dille erover.

## Pittige broccolipasta

zout

225 g penne

olijfolie

225 g broccoliroosjes

2 teentjes knoflook

2 rode pepers

2 el gemarineerde tomaten

1 bosje basilicum

Parmezaanse kaas

Breng een pan water met zout aan de kook. Kook de penne beetgaar, spoel hem koud en roer er een scheut olie door. Breng wederom een pan water met zout aan de kook. Kook de broccoli beetgaar en spoel koud onder water. Laat goed uitlekken. Pel en snijd de knoflook fijn. Halveer de pepers, verwijder de zaadjes en snijd de pepers in stukjes. Snijd de tomaten in reepjes. Verhit olie in een pan en fruit de knoflook, peper en tomaten. Voeg de penne en broccoli toe en warm goed door. Breng op smaak met zout. Verdeel de pasta over borden en garneer met blaadjes basilicum en rasp de kaas erover.

## Eet smakelijk!