

Groentepakket week 28-2018
OVERESCH EKOLOGISCHE LANDBOUW

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



Deze week in het pakket: ijsbergsla, paprika & ui, bospeen, courgette.

Slaatje shoarma

1 kilo varkenslapjes
2 el shoarmakruiden
1 Turks brood
arachideolie
6 teentjes knoflook
100 g magere yoghurt
150 g halvanaise
3 lente-uitjes
1 komkommer
2 kroppen ijsbergsla
250 g cherrytomaatjes

Bereiden

- Verwarm een grillpan voor.
- Snijd de varkenslapjes in reepjes en meng de shoarmakruiden erdoor. Marineer circa 10 minuten.
- Snijd het Turks brood in de lengte door, besprenkel met arachideolie en rooster het Turks brood goudbruin en krokant.
- Pel en hak de knoflook fijn.
- Verhit voor de knoflooksaus een scheutje olie in een pan en fruit de knoflook circa 2 minuten op laag vuur. Haal de pan van het vuur en voeg de yoghurt en de halvanaise toe.
- Snijd de lente-uitjes in fijne ringen, roer het groen door de saus en breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.
- Verhit een scheutje arachideolie in de pan en bak de shoarma in circa 7 minuten krokant.
- Snijd de komkommer in plakjes.
- Halveer de kroppen ijsbergsla. Trek het hart eruit zodat je een soort kom krijgt, snijd de onderkant van het bakje zodat het op bord blijft staan en pluk het hart.
- Halveer de tomaatjes.

Serveren

- Verdeel de komkommer en de tomaatjes over borden. Leg de halve slakommen van ijsbergsla op de komkommer. Vul de ijsbergsla met shoarma. Serveer met een flinke lepel knoflooksaus en het Turks brood en bestrooi met de resterende lente-uitjes.

Bospeen-aardappelsalade met gehaktballetjes

500 g krieltjes met schil
olijfolie om in te bakken
300 g half-om-half gehakt
1 ei
50 g paneermeel
1 bosje bospenen
250 g cherrytomaatjes
50 ml witte wijnazijn
150 ml olijfolie extra vierge
1 bosje bladpeterselie

Halveer de krieltjes en kook de krieltjes in een pan met water en een beetje zout in circa 15 minuten gaar. Giet de krieltjes af en stoom droog.
Verhit een scheutje olie in een hapjespan.

Meng het gehakt met het ei en het paneermeel en breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.

Rol gelijke balletjes van het gehakt en bak in de hapjespan om en om in circa 5 minuten goudbruin.

Voeg een scheutje water toe, zet een deksel op de pan en braad de balletjes in circa 5 minuten gaar.

Breng een pan met water en een beetje zout aan de kook.

Schil en halveer de bospenen in de lengte. Kook de bospenen in circa 8 minuten beetgaar. Giet de bospenen af en spoel ze koud. Laat de bospenen goed uitlekken.

Halveer de cherrytomaatjes.

Meng in een grote kom al roerend met een garde de azijn met de olijfolie extra vierge.

Snijd de peterselie fijn en meng met de cherrytomaatjes, krieltjes en de bospenen door het azijn-oliemengsel.

Serveren

Schep de salade op de borden en verdeel de gehaktballetjes erover.

Briochetoast met paddenstoelen, geitenkaas en courgette

250 g kastanjechampignons of paddenstoelenmix

2 teentjes knoflook

2 sjalotten

1 kleine courgette

3 el witte-balsamicoazijn

50 g rauwe ham

4 eieren

30 g boter

1 laurierblaadje

1 takje tijm

4 sneetjes briochebrood

100 g zachte geitenkaas

Maak de paddenstoelen schoon en snijd ze in stukjes. Snijd de knoflook fijn en snipper de sjalot. Snijd de courgette in de lengte in dunne plakken. Snijd de helft van de plakken in dunne slierten (spaghetti) en de rest in blokjes.

Marineer de spaghetti'slierten in 2 el van de azijn. Snijd de ham in dunne reepjes.

Breng een pan water met de rest van de azijn aan de kook. Zet het vuur laag, maak met een lepel een draaikolk in de pan en breek een ei in een kopje. Laat het ei in het water glijden en pocheer 3 minuten.

Schep het ei met een schuimspaan uit de pan en leg op een bord. Herhaal met de rest van de eieren.

Smelt ondertussen de boter in een grote koekenpan. Fruit hierin de ui en de knoflook en de ham op hoog vuur. Voeg de paddenstoelen, de laurier, de blaadjes tijm en de courgetteblokjes toe. Bak dit ca. 3 min. en breng op smaak.

Rooster het briochebrood. Verdeel de paddenstoelen over de toast en verkrumel de geitenkaas erover. Leg op elke snee brood een ei, bestrooi met zeezout en peper en verdeel de uitgelekte courgettespaghetti erover.

Eet smakelijk!