

Groentepakket week 46-2018
OVERESCH EKOLOGISCHE LANDBOUW

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



Deze week in het pakket: broccoli, postelein, spitskool en wortels.

Geheime laagjes broccolischtel

800 g aardappelen
2 stronken broccoli
200 g diepvries doperwtten
125 g crème fraîche
1 ui
1 teentje knoflook
400 g rundergehakt
100 g paneermeel
250 g cherrytomaatjes
olijfolie om in te bakken

Aardappelpuree

Breng een pan met water en zout aan de kook. Schil en snijd de aardappels in vieren. Kook ze in circa 15 minuten gaar. Giet de aardappels af, bewaar een flinke scheut kookvocht en stoom de aardappels droog. Stamp de aardappels met de pureestamper fijn en roer het kookvocht erdoor. Breng op smaak met een beetje zout en peper.

Broccoli

Breng een pan met water en een beetje zout aan de kook. Snijd de broccoli in roosjes. Schil de stelen en snijd de stelen in stukjes. Kook de broccoli in circa 5 minuten beetgaar. Giet de broccoli af. Roer de crème fraîche en doperwtten door de broccoli.

Gehakt

Pel en snipper de ui. Pel en snijd de knoflook fijn. Verhit een scheutje olie in een koekenpan en fruit de ui circa 2 minuten. Voeg de knoflook en het gehakt toe en bak circa 5 minuten op hoog vuur gaar. Breng op smaak met een beetje zout en peper.

Geheime laagjes broccolischtel

Verwarm de oven voor op 200 °C. Halveer de cherrytomaatjes. Vet een ovenschaal in met olie. Verdeel in lagen de helft van de puree over de ovenschaal, de helft van de groente, de tomaten, het gehakt, de resterende groente en eindig met de aardappelpuree. Verdeel het paneermeel over de bovenste laag aardappelpuree. Bak de ovenschtel circa 10 minuten in de oven tot hij warm en goudbruin is.

Parelgortrisotto met spekjes en oesterzwam

1 ui
1 teentje knoflook
1 bosje bleekselderij
1 bosje platte peterselie
25 ml olijfolie
275 gr parelgort
150 ml witte wijn
200 ml kippenbouillon
125 g spekreepjes
150 g oesterzwammen
150 gr geraspte oude kaas
100 g postelein (of veldsla)

Bereiding

Pel en snipper de ui. Pel de knoflook en snij fijn. Snij 3 stengels bleekselderij in

boogjes. Pluk de blaadjes van de peterselie en hak fijn.

Verhit een hapjespan met olie en fruit de ui met de knoflook. Voeg een beetje zout toe en bak de bleekselderij mee. Roer de parelgort erdoor en blus af met witte wijn en de paddenstoelenbouillon.

Verhit een koekenpan en bak de spekjes bruin aan. Scheur de oesterzwammen grof en bak mee met de spekjes. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.

Roer wanneer de parelgort gaar is en al het vocht is opgenomen de geraspte kaas door de risotto en voeg de verse peterselie toe. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.

Serveren

Schep de parelgort-risotto over diepe borden. Verdeel de spekjes met paddenstoelen erover en maak af met flinke hand postelein.

Worteltaart

Taart

250 g wortels

10 g boter

2 eieren

150 g suiker

50 ml zonnebloemolie

125 g zelfrijzend bakmeel

75 g kokos

40 g rozijnen

60 g walnoten

Glazuur

40 g boter

100 ml sinaasappelsap

150 g poedersuiker

Verwarm de oven voor op 190 °C. Schil en rasp de wortels. Smelt de boter. Klop de eieren en suiker luchtig en meng de olie, zelfrijzend bakmeel, kokos, rozijnen, walnoten, boter en wortel erdoor. Schenk het beslag in een springvorm en bak de taart in circa 25 minuten goudbruin en gaar. Laat de taart afkoelen en haal hem uit de vorm. Smelt de boter. Roer sinaasappelsap, poedersuiker en boter door elkaar en bestrijk de taart ermee.

Eet smakelijk!