

Groentepakket week 40-2016
OVERESCH EKOLOGISCHE LANDBOUW

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



Deze week in het pakket: eikenbladsla, wortels, groenselderij, snijbonen en paprika.

Mango-geitenkaassalade

300 g penne
100 g pijnboompitten
1 rode peper
1 el honing
1 el grove mosterd
olijfolie extra vierge
1 bos bosui
1 krop eikenbladsla
1 bos radijs
250 g cherrytomaten
1 mango
200 g zachte geitenkaas
0.5 bosje tijm

Pasta

Kook de pasta gaar volgens de bereidingswijze op de verpakking. Giet af en spoel koud.

Mango-geitenkaassalade

Verwarm een pan en rooster de pijnboompitten in circa 3 minuten goudbruin.

Halveer de peper in de lengte, verwijder de zaadlijsten en snijd de peper in halve ringetjes.

Meng voor de dressing in een grote kom de honing, grove mosterd en het pepertje. Breng op smaak met een beetje olijfolie extra vierge en een snufje zout.

Snijd de bosui in ringetjes.

Was en pluk de eikenbladsla.

Snijd de radijsjes in vieren.

Halveer de cherrytomaten.

Verwijder de schil van de mango. Snijd het vruchtvlees van de pit. Snijd het vruchtvlees in repen.

Verbrokkel de geitenkaas.

Ris de tijm en snijd de tijm fijn.

Voeg de penne, pijnboompitten, bosui, eikenbladsla, radijs, cherrytomaten, mango, geitenkaas, en tijm toe aan de dressing en meng goed door.

Boerinnenstamp (aardappel-wortel-snijbonenstampot)

600 g kruimige aardappels
1 l water
2 kippenbouillonblokjes
1 bos bospenen
2 uien
1 teentje knoflook
500 g snijbonen
4 plakjes kaas
4 plakjes ham
12 plakjes katenspek
olijfolie om in te bakken
Extra nodig
cocktailprikkers

Schil de aardappels en breng ze in het water met de bouillonblokjes aan de kook.

Kook de aardappels zodra de bouillon kookt circa 10 minuten.

Schil en snijd de bospenen in stukjes.

Pel en snijd de uien intussen in halve ringen.

Pel en snijd de knoflook in stukjes.

Maak de snijbonen schoon en snijd ze zo fijn mogelijk.

Voeg de uien, knoflook, bospenen en snijbonen toe aan de aardappels en kook in circa 10 minuten gaar.

Snijd de plakjes ham en kaas in dezelfde breedte als het katenspek. Leg de plakjes ham op de kaas en rol ze strak op. Rol ze vervolgens in het katenspek en zet vast met een cocktailprikkertje.

Verhit een scheut olie in een pan en bak de ham-kaasrolletjes circa 5 minuten rondom.

Giet de aardappels met groente af maar bewaar het kookvocht. Stamp aardappels en groente fijn met een pureestamper, maak smeug met een beetje kookvocht en breng op smaak met versgemalen peper.

Serveren

Schep de boerinnenstamp op bord en leg de ham-kaasrolletjes erop.

Hongaarse paprikastoof (Lesco)

300 g witte rijst

2 uien

2 teentjes knoflook

2 paprikas

4 rijpe tomaten

olijfolie om in te bakken

2 el paprikapoeder

2 eieren

1 bosje bladpeterselie

200 ml crème fraîche

Rijst

Kook de rijst gaar volgens de bereidingswijze op de verpakking.

Pel en snipper de ui grof.

Pel en snijd de knoflook grof.

Halveer de paprika's in de lengte, verwijder de zaadlijsten en snijd de paprika's in stukjes.

Snijd de tomaten in stukjes.

Verhit een scheutje olie in een hapjespan en fruit de ui, knoflook en de paprikapoeder circa 2 minuten. Voeg de paprika's en de tomaten toe en bak circa 8 minuten. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.

Kluts de eieren in een kom. Roer de eieren erdoor en gaar de eieren onder constant roeren in circa 4 minuten.

Snijd de peterselie fijn. Roer de peterselie erdoor.

Serveren

Verdeel de rijst over borden. Verdeel de lesco over de rijst en lepel de crème fraîche eroverheen.

Eet smakelijk!