

Groentepakket week 50-2016
OVERESCH EKOLOGISCHE LANDBOUW

Hondemotsweg 41, RAALTE
telefoon 0572-391674
www.overesch.nl
info@overesch.nl



Deze week in het pakket: Romanesco, postelein, paksoi, zuurkool

Knoflook-aardappelpuree met zoete zuurkool

3 teentjes knoflook
800 g kruimige aardappels
50 ml melk
400 g speklappen
olijfolie om in te bakken
500 g zuurkool
2 handperen
100 g dadels zonder pit
20 g boter
75 g cashewnoten
2 el bruine suiker
Extra nodig
pureestamper
keukenpapier

Knoflook-aardappelpuree

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

Pel de knoflook.

Schil en snijd de aardappels in gelijke stukken. Kook de aardappels met de knoflook in circa 15 minuten gaar. Giet af en stoom droog. Pureer de aardappels en de knoflook met een pureestamper. Verwarm de melk en maak de puree smeug met de melk. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.

Speklappen

Dep de speklappen droog met keukenpapier. Bestrooi de speklappen met een beetje versgemalen peper.

Verhit een scheutje olie in een koekenpan en bak de speklappen om en om in circa 10 minuten goudbruin en krokant.

Zoete zuurkool

Giet de zuurkool af.

Schil en snijd de peren in blokjes.

Snijd de dadels in reepjes.

Smelt een klontje boter in een koekenpan en bak de peren, dadels en de cashewnoten circa 2 minuten. Voeg de bruine suiker toe en laat in circa 4 minuten karamelliseren. Voeg de zuurkool toe en verwarm het geheel circa 5 minuten met deksel op de pan.

Serveren

Verdeel de knoflook-aardappelpuree en de zoete zuurkool over borden en serveer met een speklap.

Zalm met kruidenkorst

4 witte boterhammen
4 takjes dragon
4 takjes peterselie
2 takjes munt
1 limoen
4 zalmfilets à 150 g
olijfolie
4 sjalotten

4 tomaten
Salade met avocado
1 Romanesco
50 g pijnboompitten
50 g veldsla
olijfolie extra vierge
1 citroen
1 avocado
1 tomaat
Extra nodig
staafmixer met bijbehorend staafmixerbakje
rasp
ovenschaal

Zalm met kruidenkorst

Verwarm de oven voor op 190 °C. Snijd de boterhammen in stukjes. Maal de kruiden met de stukjes brood en de rasp en het sap van de limoen fijn. Breng op smaak met een beetje versgemalen peper. Vet een ovenschaal in met een beetje olijfolie. Leg de zalm in de ovenschaal. Bekleed de zalmfilets met het kruiden-broodmengsel. Snijd de sjalotjes en de tomaten en verdeel over de zalm. Bak de zalm gaar en goudbruin in circa 10 minuten. Vermeng het resterende sap van de citroen met een flinke scheut olijfolie. Besprenkel de zalm met deze citroen-olijfolie.

Salade met avocado

Breng een pan water met een beetje zout aan de kook. Snijd de romanesco in kleine roosjes. Blancheer de roosjes circa 3 minuten. Giet af en leg in een kom met koud water. Haal na circa 3 minuten de roosjes uit het water en laat uitlekken. Verhit een koekenpan en rooster de pijnboompitten goudbruin in circa 5 minuten. Meng de romanesco met de veldsla en de pijnboompitten. Maak de avocado schoon en verdeel de avocado over de salade. Snijd de tomaat in stukjes en voeg deze toe. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper. Besprenkel met een flinke scheut van de olijfolie en de helft van het sap van de citroen.

Serveren

Verdeel de salade over de borden. Leg er een stuk zalm met kruidenkorst bij. Serveer eventueel met brood.

Salade van postelein en geitenkaas

4 eieren
150 g geitenkaas
50 g walnoten
4 aardappels
olijfolie
50 ml sherryazijn
zout
versgemalen peper
250 g postelein
notenolie

Breng een pan met water aan de kook, voeg de eieren toe en kook ze hard in 10 minuten. Laat de eieren schrikken in koud water, pel ze en snijd ze in vieren. Snijd de geitenkaas in blokjes en rooster de noten in een droge koekenpan. Schil de aardappels en snijd ze in hele kleine blokjes. Verhit olie in een pan en bak de aardappels goudbruin, blus af met de azijn en breng op smaak met zout en peper. Verdeel de postelein, aardappels, noten, eieren en geitenkaas over borden en besprenkel met notenolie.

Eet smakelijk!