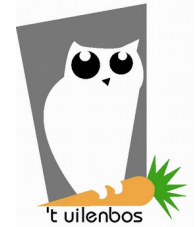


# Uilenbosbrief, Vrijdag 21 december 2018



GEWOON	GROOT	JUMBO	GEMENGD	HERKOMST	FRUIT KLEIN	FRUIT GROOT	FRUIT C
pompoen	pompoen	pompoen	pompoen	uilenbos	sinaas mor	sinaas mor	sinaas mor
aardpeer	aardpeer	aardpeer	aardpeer	uilenbos	clementine	clementine	clementine
prei	prei	prei		uilenbos	appel	appel	
diverse groensels				uilenbos	peer confer	peer confer	peer confer
	wortel	wortel	wortel	bf (B)	pompelmoes	pompelmoes	pompelmoes
rode biet	ui	ui		uilenbos	banaan fair	banaan fair	banaan fair
straffe peper	straffe peper	straffe pepertjes		uilenbos		kaki	kaki
	daikon	daikon	appel	ub/van eykeren		kiwi	kiwi
			sinaas/clem	bf (Es)			
			banaan fair	trade			

Alles bio controle  
BE-BIO-02

Tijdens de kerstvakantie zijn er naar jaarlijkse traditie geen groente- of fruitmanden, en is ook onze winkel gesloten. **We zijn er terug op vrijdag 11 januari en zaterdag 12 januari.**

Ziezo, het laatste mandje voor 2018 staat voor jullie klaar. Het was geen gemakkelijk jaar, klimaatsveranderingen en een veranderende markt zorgen voor heel wat onzekerheid.

Maar ondanks de moeilijkheden kunnen we het jaar positief afsluiten. Daarvoor willen we heel graag het hecht team medewerkers, klanten, sympathisanten, voedselteams en dephouders bedanken! We voelen ons bij veel mensen 'in het krijt' staan omdat we te weinig tijd vonden voor hen. De kerstvakantie is te kort om dat goed te maken, maar we gaan bezinnen wat we anders kunnen doen. We wensen jullie fijne kerst- en eindejaarsdagen en bovenal tijd voor wat echt belangrijk is!

## Feestelijke recepten van Kirsten

### Pompoenmuffins met zure room en komkommerstaafjes

Klop 4 eigelen met 200 g zachte boter schuimig. Voeg dan 250 bloem, 1 zakje gedroogde gist, een snufje zout en 120 g geraspte Parmezaanse kaas toe. Meng goed tot je een deeg hebt. Voeg dan 200 g geraspte, geschilde pompoen toe en enkele el gehakte hazelnoten. Meng weer goed. Meng 4 opgeklopte eiwitten voorzichtig onder het deeg. Vul ingevette muffinvormpjes met het deeg. Bak ca 25 min in een voorverwarmde oven van 180°C. Neem ze uit de oven en laat afkoelen. Snij ze in 2, beleg met een laagje zure room en in staafjes gesneden, geschilde komkommer. Bestrooi met wat verse, fijngesnipperde dille. Breng op smaak met peper en zout. *Tip: Ook lekker als je ze half warm eet :)*

### Kruidenkaaswafels met daikon en tuinkers

Klop 3 eigelen schuimig met 50 g zachte (of gesmolten) boter. Voeg 100 g verse kruidenkaas toe en meng goed. Voeg voorzichtig 100 g speltmeel toe en 1 dl melk. Meng voorzichtig tot je een mooi deeg hebt. Breng op smaak met peper en zout. Voeg dan heel voorzichtig 3 opgeklopte eiwitten toe. Bak de wafels tot ze goudbruin zijn. Rasp 1/2 geschilde daikon heel fijn. Snipper wat tuinkers. Beleg een wafel met wat daikon en tuinkers. *Tip: Ipv daikon kan je ook radijsjes nemen of rammenas (maar dat is nog pittiger). Ook raapjes zijn lekker. Ipv tuinkers kan je ook ander pittig groen nemen zoals waterkers of rucola.*

### Rode bieten-geitenkaastaart

Fruit 1 in fijne ringen gesneden rode ui aan in wat olijfolie tot de ui glazig is. Zet het vuur zachter en laat enkele minuten stoven. Voeg dan 2 à 3 el balsamico-azijn en 1 tl rietsuiker of honing toe. Laat lichtjes karamelliseren. Breng op smaak met peper en zout. Kook ondertussen 3 à 4 rode bietjes goed gaar. Laat een beetje afkoelen, schil ze en snij in dunne partjes. Bak ondertussen een bladerdeeg 10 min blind in een voorverwarmde oven van 200°C. Haal uit de oven en uit de bakvorm. Verdeel de rode bietenpartjes en de gekaramelliseerde ui over de bodem. Leg hierop 150 g in schijven gesneden stevige geitenkaas (rolletje). Klop dan 400 ml room los met 4 eieren en 1 el verse tijmblaadjes. Breng op smaak met peper en zout. Giet dit in de taart over de groenten en de kaas. Zet ca 35 min in een voorverwarmde oven van 180°C. De taart mag goudbruin zijn. Lekker warm of koud.

*Tip: Blind bakken is je deeg in een bakvorm leggen, daarop een bakpapier en daarop iets van gewicht: droge peulvruchten of keramieken steentjes of zo.*

*Je kan de rode bieten ook roosteren door ze in aluminiumfolie te wikkelen en gedurende ca 40 min (of lager ngl de grootte van je bieten) te bakken in een voorverwarmde oven van 200°C. De bietjes moeten zacht zijn.*

*Ipv verse tijm is verse rozemarijn ook lekker.*

**Groentjes en een fijn eindejaar van Anke, Gert, Ingrid, Ceidie, Sven, PJ, Didi, Ilya, Bé en Mich**