

Buresønyt

Uge 5

2010

Kyndelmisse slår sin knude...

I år er der virkelig basis for at fejre kyndelmisse og holde en lille lysfest for markering af vinterens strengeste dag. Lyset kan tændes til ære og minde om den livgivende sol der langsomt, men sikkert, vil få vinteren til at slutte.

Dog ser det ud til at vi må væbne os med tålmodighed, da der er lange udsigter til et omskift i vejret. Sne og kulde er endnu ikke noget problem for os. Dyrene trives i det kolde vejr og vi kan endnu få plads til at skubbe sneen væk fra vejen ned til gården. Det er langt værre i Polen og Østeuropa, hvor der mange steder ligger over en meter sne og hvor det ikke er ulamindeligt at have frostgrader ned til minus 25 grader. Så den smule sne og kulde vi slås med i øjeblikket er vist ikke det helt vilde...

Tips ved levering til døren

Vi må dog erkende at kulden skaber en del problemer for vores kunder. De af vore kunder der får leveret kasserne direkte til bopælen kan af og til opleve halvfrosne grønt og frugter. Heldigvis er mange flinke til at lægge et tæppe ud, så chaufføren kan dække kasserne til. På den måde kan sagerne holde sig frostfri i mange timer. Vi kan desværre ikke få fat på nogle isoleringskasser af flamingo. Vi har før haft dem i sortimentet, men vi har været forsent ude med bestillingen i år og der er helt udsolgt. Vi vil derfor opfordre til at lægge et tæppe, eller lignende frem, som vi kan dække kasserne med ved leveringen.

Mangel på dansk økogrønt

Der er stort set ikke mere dansk økokål tilbage på det danske marked. Der står masser af rosenkål og grønkål i markerne, men der går noget tid før det kan høstes. Og vi kan godt risikere at en stor del går til pga. den hårde frost.

Der er stadig rodfrugter tilbage. Dog er det svært at få jordskokkerne op af jorden da den er frosset.

Denne uges jordskokker er gravet op i mandags. Det har krævet et meget stort arbejde med planlægning og høst. En del af jordskokmarken blev i december dækket med halm. Halmen har beskyttet jordskokkerne mod den værste frost.

Før høsten er halm og sne skubbet tilside, hvorefter optageren har kæmpet sig igennem den halvfrosne jord. Der er heldigvis tale om en sandjord, - på lerjorden havde det været helt umuligt.

Mange af de høstede jordskokker revner desværre når de kommer op af jorden. Frosten har fået dem til at dehydrere lidt og det revner de altså af. De værste er sorteret fra, men der kan godt være en enkelt revnet jordskok med i poserne i denne uges kasser. Selvom der er en revne i jordskokken kan den godt bruges. Den skal bare deles på langs af revnen, hvorefter man kan lave et nyt fint snit og bortskære revneoverfladen.

Det er i hvertfald synd at kassere en revnet jordskok. - Især når man tænker på det kæmpe arbejde der har været med at få dem høstet hjem fra marken i det her vejr.

Knas med skriveprogrammet

Som en del sikkert har bemærket er vores flotte logo ikke med på denne uges nyhedsbrev. Vi har fået ny pc'er med et nyt styresystem, og det har givet en del problemer med integration af de gamle programmer, - især når de ikke lige er fra microsoft. Vi kæmper og det lykkes nok på et tidspunkt.

Mixkassen i uge 6:

Kartofler, Gulerødder, Løg, Persillerod, Broccoli, Citron, Cherrytomater, Fennikel, Bønner, Æbler, Appelsiner, Pærer, Citron



Vejen til gården fyger hele tiden til...

Salg af klimavenligt kalvekød

Slagteplan for kalvekød i år 2010:

Uge 09, fredag d. 5/3 (udsolgt)

Uge 12, fredag d. 26/3

Uge 15, fredag d. 16/4

Uge 18, fredag d. 7/5

Kødet sælges i portioner á ca. 22-25 kg og prisen er 78 kr. pr. kg.

Bestil via bonden@buresodal.dk

Friske, økologiske råvarer
– fra lokale producenter –
i abonnementskasser til udleveringssted
eller leveret direkte til din dør

Buresødal
Fra bonde til kunde

Jørlunde Overdrev 7
3550 Slangerup
Telefon: 4738 1776
Email: bonden@buresodal.dk

www.buresodal.dk

Information og Opskrifter

Ugens Mixkasse: DK-Ø-10

Kartofler, kl.1

Rønnely, DK

Gulerødder, kl.1

Søris, DK

Forårsløg, kl.1

Egypten

Jordskokker, kl.1

Skovlund, DK

Broccoli, kl.1

Italien

Cherrytomater, kl.1

Italien

Sølvbeder, kl.1

Italien

Løg, kl.1

Axel Månsson, DK

Æbler, kl.1

Nederland

Appelsiner, kl.1

Italien

Druer, kl.1

Syd afrika

Citron, kl.1

Italien

Pandekager med Jordskokfyld

Ingredienser: 1 bdt. forårsløg, 250 g jordskok, 1/4- 1/2 l fløde, lidt timian, salt.

Fremgangsmåde: Skyl jordskokkerne rene og skær dem i skiver. Snit forårsløg fint og svits i lidt smør sammen med jordskok, ca. 3 min. Tilsæt fløde og lidt timian og lad det småkoge i ca. 15-20 min. Smag til med salt. Lav et passende antal pandekager. Server med gulerod.

Jordskok og Kartoffelgratin

Ingredienser: 500 g skrællede skivede kartofler, 500 g skrællede og skivede jordskokker, 3 løg i tynde både, 175 g reven ost, reven muskatnød, salt og peber, timian, 5 dl mælk/fløde, lidt røget mørbrad.

Fremgangsmåde: Fordel halvdelen af kartofler, jordskokker og løg i et ovnfast fad. Riv evt. lidt muskatnød over. Fordel lidt frisk timian over grøntsagerne. Drys med kværnet peber, en anelse salt og drys med

en håndfuld reven ost. Læg resten af grøntsagerne ovenpå og riv igen lidt timian og muskat over. Hæld mælken over og drys med lidt ost. Sættes i 220 grader varm ovn i ca. 40 min. Skær den røgede mørbrad i tynde skiver og fordel over de gyldne kartofler. Bag videre i ca. 10 min. Drys nu resten af den rene ost ovenpå grønt / kød og sæt i ovnen til osten er gylden.

Wok med forårsløg

Ingredienser: 1 broccoli i små buketter og stok i skiver, 1 dl. Vand, 1 bdt. forårsløg, 300 g gulerødder, 1 hel tørret chili, lidt friskrevet ingefær, 1/2 dl. Japansk sojasauce blandet med 1/2 dl vand, olie, salt, peber, 1 spsk. Maizena.

Fremgangsmåde: Varm olien op i en wok eller dyb pande og sauter broccoli og skivet gulerod og tørret chili i 2 minutter. Tilsæt vand og damp under låg indtil kålen er næsten mør men stadig har bid. Tag låget af og lad vandet dampe væk. Tilsæt fintskivet forårsløg og frisk ingefær hvis den benyttes. Tilsæt sojavand og kog op ikke mere end 1 minut. Jævn med maizenaopløsningen og smag til med salt og friskkværnet sort peber. Spises med ris, grillt kalvekød og salat.

Pandekager med Sølvbede

Ingredienser: Pandekagedej til 8-10 pandekager 300 g frisk sølvbede, 2-3 løg/forårsløg, 150 g fårefeta, 2 æg, 1/2 tsk. reven muskat, salt og peber, Tomatsauce: 0,5 dl hvidvin, 3 tomater, salt og peber, 3 spsk. Parmesanost.

Fremgangsmåde: Skyl sølvbeden godt og hak både blade og stilke i 1-2 cm's. stykker. Hak løgene/skiv forårsløg og svits dem let sammen med sølvbedestykkerne. Ibland små terninger af fårefeta ved svag varme og smag til m. salt/peber.

Sauce: Hak tomater og kom i gryde sammen med hvidvin og krydderier. Lad den koge godt ind. Smag til m. salt/peber.

Fordel fyldet på pandekager og rul dem sammen. Læg pandekagerne i et smurt fad og hæld saucen over. Drys med parmesan. Gratiner ved 180 grader i 15-20 min.

Stuvet Sølvbede med Feta

Ingredienser: 300 g sølvbede, 250 g løg/forårsløg, 1/4 l fløde/mælk, 150 g får el. gedefeta, timian, salt

Fremgangsmåde: Skiv løg/forårsløg i fine skiver og svits i olie eller smør. sølvbeden skylles og skæres i grove dele. Stikken skæres dog i noget finere skiver. Tilsæt sølvbederne til løg og svits med et par minutter. Tilsæt lidt fløde eller mælk og læg låg på gryden. Lad det simre i 10 minutter. Skær fetaen i tern og tilsæt til stuvningen og kog med i 1 minut. Smag til med evt. salt og hakket timian. Server med salat.

Lasagne med Løg og sølvbeder

Ingredienser: 250 g løg, 250 g champignon, 1 løg, 250 g sølvbede, 3 spsk. Olivenolie, 2 fed hvidløg, 3-4 tomater, 3 spsk. Tomatpuré, 2 tsk. Basilikum, salt og peber, 12 lasagneplader, 200 g hytteost, 100 g revet mozzarellaost

Fremgangsmåde: Rens grøntsagerne. Skær Løgne i tern, champignonerne i skiver. Varm olien i en gryde, tilsæt presset hvidløg og svits løg i 3 min. Tilsæt svampene og svits i yderligere 5 min. Hæld grøntsagerne til afdrypning i en sigte. Hak løget og svits det et øjeblik i lidt olie. Tilsæt tomater skåret i små både (incl. væde), tomatpuré og til sidst basilikum. Lad saucen koge ved svag varme i 15 min. Smag til med salt og peber. Del og skær sølvbedestilkene i grove stykker og blancher dem herefter i kogende vand i et 5-6 minutter. Lad dem dryppe af, hak og bland med hytteosten. Smør et ovnfast fad og læg lagvis lasagneplader, løg/svampe, tomat sauce og hytteost/bladbede. Fordel revet mozzarella over lasagnen. Bag ved 200 grader i ca. 25 min.