



Raadsinformatiebijeenkomst 13 januari 2022

Eerlijk Eten uit de Streek

Winter streekmenu

Diner:

- Pompoensoep
- Pasta met boerenkoolpesto en veldsla
- Kant-en-klaar toetje

Lunch volgende dag:

- Rest pompoensoep met humus van lupinebonen en brood



Pompoensoep

- 1 pompoen / 600 gr. pompoen (in stukjes, zonder schil en pitten)
- 2 uien
- 4 aardappels
- 100 ml. volle melk
- Boter of (walnoot)olie

2 teentjes knoflook, 1 tl. paprikapoeder,
2 tl. komijn, 0,5 tl kaneel, peper
3 groenbouillonblokjes of kruidenbouillonpoeder



Humus van lupine bonen

- 1 potje lupine bonen
- (noten)olie naar smaak

3 el. water,
2 teentjes knoflook,
2 tl. tahin of pindakaas,
3 el. citroensap,
1 tl. komijnpoeder,
2 tl paprikapoeder,
kruidenbouillonpoeder/zout en
peper naar smaak.



Pompoensoep



Lupine humus en brood



Pasta met boerenkool-pesto

- 300gr. droge pasta
- 400gr. Boerenkool
- 50 gr. walnoten
- 10 el.(walnoot)olie
- 100 gr. gerapte kaas
- 1tl. Honing

2 tenen knoflook, bouillonpoeder/zout, peper en nootmuskaat naar smaak



Veldsla met eierdressing

- 200 gr. veldsla
- 1 of 2 hardgekookte eieren
- 5 el. walnotenolie
- 0,5 el. honing

3 el. balsamico of appelazijn

1 el. grove mosterd

kruidenbouillonpoeder/zout, peper naar smaak



Pasta met boerenkool- pesto en veldsla met ei-mosterd dressing



Kant-en-klaar toetje naar keuze



Missie

- Producenten en consumenten geven samen vorm aan een steeds duurzamer regionaal voedselsysteem
- Al doende leren en verbeteren
- Een groot deel van de dagelijkse voeding uit de streek





Meer informatie:
www.eerlijketenuitdestreek.nl