

Beste kruidenliefhebber,

Na het lonend 2014 belooft 2015 weer een productief jaar te worden!

T'mobiel (Taste-mobiel) op tournee

Onze "Yvonne Mostard-caravan" krijgt een volledige opknappbeurt en wordt volledig omgebouwd tot "T'mobiel".

Er is al heel wat werk verzet. De caravan is zowel aan de binnen- als de buitenkant geheel gestript. Alles heeft een volledige schuurbeurt gekregen. De onderkant werd er volledig afgehaald en verstevigd. Er is een nieuwe deur gemaakt. Aan de binnenkant ligt een nieuwe vloer. De bewoners van het asielcentrum Eeklo hebben de kastjes hersteld (geschuurd en vernist). De elektriciteit is vernieuwd. Zowel de binnen- als de buitenkant staat in een grondverflaag.

De buitenkant krijgt een coating en de binnenkant zal nog verder worden afgewerkt in de huisstijl van Aarde-nd-Werk. Er wordt nog geschilderd, de kastjes worden teruggezet, koelkast en wasbak worden geplaatst en T'mobiel wordt verder aangekleed.

Ergens in maart zou T'mobiel moeten klaar zijn.

Vanaf april zal je ons de ene week (donderdag) vinden op 't Drongengoed en de andere week (vrijdag) op de groentenmarkt in Gent.

Wij kunnen met T'mobiel voor een educatief project worden ingehuurd. Zo maken we in 2015 op verschillende plaatsen deel uit van 'De Smaakkaravaan', een zomervullend project rond de eetbare tuin van Landelijke Gilden.



"T" staat voor TASTE: "meer eten dan we denken"

Aan de hand van een educatief pakket krijg je meer uitleg hoe je met een laag ecologisch voetprint toch heel creatief, lekker en seizoensgebonden kunt koken.

Je kan deelnemen aan de quiz en je krijgt heel wat informatie omtrent het gebruik van kruiden en plantenpoeders in de keuken. **"Een keukenkast met een Lage voetprint"**: zelfbereide kruidenierswaren met meer geur, kleur en smaak.

De deelnemers maken kennis met hoe kruiden en gewasresten uit eigen moestuin of uit wildpluk te drogen en te verwerken in allerlei keukenbereidingen zoals instantsoep, mosterd, vinaigrettes, broodsmeezels, bouillonpoeder, currymengels, ... Kortom bereidingen met minder E-nummers in de keukenkast.

"T" staat voor TUINZADEN: "zaai op de toekomst"

Wij beschikken ook over een ruim aanbod van biologische zaden. Deze kan je winnen of aankopen in T'mobiel. Bij ieder zakje vind je uitleg over de herkomst, het gebruik en hoe toepassen.

"T" staat voor THEE: "kruidenthee voor iedereen"

Tot nu toe hebben we drie kruideninfusies (kruidenthee's) ontwikkeld: Landschaps-infusie - zuiverende infusie, Abdij-infusie - geneeskrachtige immuuniteit boost en Erf-infusie - kalmerende infusie zwoele avond.

Als je weinig energie hebt, zeker tijdens de wintermaanden, is het verleidelijk om je toeverlaat te zoeken tot stimulerende middelen, zoals koffie en suikerrijke producten. Ze leveren nepenergie. Ze teren "op je reserves" en ze putten je op lange termijn uit. Zoals je ziet hebben we verschillende infusies ontwikkeld. Deze infusies hebben een geneeskrachtige werking en smaken heel lekker.

We bieden jullie de mogelijkheid om deze te komen proeven in T'mobiel.

Kruiden op maat van de klant - B-coöperant

Bij ons kan je, als coöperant, een "Kleur & Kruid-mengeling" laten samenstellen op maat die voldoen naar je specifieke voorwaarden. Wij hebben reeds een kruidenmix ontwikkeld voor "Berloumi" en voor "De Wassende Maan".

Berloumi

Berloumi volgt met de afkruiding de seizoenen. We zullen per seizoen een mengeling ontwikkelen die zal worden verwerkt in een Berloumi-kaas. Berloumi is een traditioneel Berlaarse kaas. Berloumi komt er op het ogenblik dat meer en meer mensen stoppen met het eten van 'te veel' vlees. Al is de "Berlaarse halloumi" niet veganistisch, het is een makkelijke, lekkere oplossing om een dag vleesloos te eten. Bovendien wordt het lokaal geproduceerd.

Berloumi is zeer eenvoudig te bereiden en veelzijdig inzetbaar in tal van gerechten als gourmet, salades, couscous, pasta, ... maar vooral, het is warme vegetarische charcuterie. Gebakken tussen een stuk stokbrood met rauwkost is het een snelle hartige maaltijd.

(www.berloumi.be)

De Wassende Maan

De Wassende Maan biedt overheerlijke kippen aan van eigen erf. De kippen werden in de late herfst losgelaten in polytunnels om ze tijdens de lege wintermaanden onkruidvrij te houden. Ze hadden dus ruimte en zorg zat en aan heerlijke (biologisch) onkruid was er geen gebrek. Blijje kippen dus. En dat proef je. Het zijn, net als vorig jaar, kippen van het Kabir-ras, qua smaak en textuur vergelijkbaar met de exquisite poulet de bresse.

Bij elke kip krijg je een zakje biologische kipkruidenmix van Aarde-nd-werk, een coöperatieve waar ook De Wassende Maan deel van uitmaakt. De kipkruidenmix bestaat uit biologische kruiden geteeld voor de coöperatie; waar ze verder zijn gedroogd, vermalen en gemengd tot een overheerlijke kipkruidenmix.

Het vlees (zowel kippen- als varkensvlees) is diepgevroren en vacuüm verpakt en wordt in Gent aan huis geleverd door Cargo Vélo voor € 7,5 per levering. Je kan je bestelling ook komen ophalen in de boerderijwinkel in Astene, tijdens de openingsuren.

(www.dewassendemaan.be)



Nieuwsbrief

februari 2015 - nr.1

Aarde nd werk _{cvba}

Veldhoek 33
B-9931 Oostwinkel
www.aardendwerk.be
info@aardendwerk.be
volg ons op facebook

Nieuwe coöperant

Sinds 20 december 2014 kunnen we Greet Kerhove als nieuw A-lid tot onze coöperatie Aarde-nd-Werk rekenen.

Greet Kerkhove is herboriste, natuurgids en heeft eveneens een diploma van beheerder van parken, bossen en groenzones. Haar hoofdberoep is economiste met als spanningsveld landbouw-, natuur- en waterbeheer. Greet heeft een jarenlange 'hobby'-teler-ervaring. Ze heeft een ruime moes-, kruiden- en bessentuin. In De Pinte wil Greet stap voor stap een 'voedselbos' aanleggen. Ze is reeds gestart met een geslaagd experiment omtrent teelt van daslook onder hazelaars.

Greet zal wilde marjolein, daslook, anijshyssop, lindebloesem en vlierbloesem aanleveren.

Nieuwe coöperanten zijn nog steeds welkom!

Zaterdag 27 juni en zondag 28 juni : Circuit 'Eetbare Tuin'

Op 27 en 28 juni krijgen enkele Meetjeslandse tuinen en parken een extra cachet door een uniek project van Aarde-nd-werk cvba-so en het Plattelandscentrum Meetjesland. Dit Leader-project, "Planthunting" genaamd, wil deelnemers attent maken op de kracht van in de natuur vindbare planten of (on)kruiden voor allerlei toepassingen. Zowel gecultiveerde als inheemse en wilde planten, alsook de verwerking ervan in streekproducten staat hier in de kijker. Volg het volledige programma op www.aardendwerk.be.

Op zaterdag 27 juni van 16 tot 20 u kun je starten bij Aarde-nd-Werk, Veldhoek 30 in Oostwinkel voor een ontdekkingstocht rond de verrassende 'eetbaar groen' Deelnemers kunnen kennis maken met aromatisch kruidenijs, Meetjeslandse landschapsthee, Meetjeslandse super-food-smoothies, en misschien zelfs een Meetjeslands kruidenbiertje ? Start Rondleidingen en kruidenwandelingen om 16u, 16.30 u en 17 u. Deelnemende tuinen: Aarde-nd-werk cvba - Jacques Cleppe - Provinciaal Domein Het Leen.



Op zondag 28 juni kun je vanaf 10 tot 18 u ook deelnemen aan een speciaal uitgewerkt circuit. Je kan er deelnemen aan kookworkshops, aan proeverijen, aan een rondleiding in een kruidentuin. Telkens wordt aandacht besteed aan het creëren van meerwaarde van kruiden, die zelfs in de vrije natuur te vinden zijn. Startplaats van het geheel: Provinciaal Streekcentrum de Huysmanhoeve, Bus 1, 9900 Eeklo. Andere deelnemers op dit aparte circuit zijn: Jacques Cleppe, Aarde-nd-werk cvba, 't Gegeten Verleden, Raymond Betsens en Provinciaal Domein het Leen.



Europees landbouwfonds voor
plattelandontwikkeling:
Europa investeert in zijn Platteland

Provincie
Oost-Vlaanderen
Het Leen



Recept in de kijker

Urtica dioica - Brandnetel

Brandnetels werken volgens de oude volksgeneeskunde goed voor het hele gestel en met name de bloedsomloop. Het zuivert de maag en lost slijm van de slijmvliezen op. Het werkt bloedzuiverend en daarmee werkt het ook goed tegen verschillende vormen van huiduitslag. Het werkt afdrijvend op nierstenen. Niet alleen de blaadjes zijn eetbaar; ook de wortel is een geneesmiddel. De brandnetel zorgt ervoor dat gifstoffen zoals urinezuur sneller uit het lichaam verdwijnen. Hiermee helpt het jicht en reumatiek voorkomen. Kortom het is een zeer gezonde plant en een natuurlijke pijnstiller.

Brandnetel is een bron van vitamines. In de jonge scheuten zit veel vitamine C en vitamine A. Zelfs vitamine D zit in brandnetel terwijl deze zelden in etenswaar voorkomt. Ook zit een brandnetel vol eiwit en ijzer. Daarnaast is brandnetel een rijke bron van mineralen: fosfor, magnesium, kalk, kalium en mangaan komen erin voor.

De brandnetel kennen we als een plant waar je van af moet blijven. De bladeren kunnen een nare prikkeling op de huid veroorzaken. Je kunt de toppen voorzichtig afsnijden. Met een handschoen aan is het snijden van een brandnetel geen moeite. Na het koken veroorzaken ze geen huidirritaties meer. De mierenzuur is na 1 à 3 minuten koken verdwenen.

Brandnetel is een deugddoende infusie en een gezonde groente. Tot ruim een eeuw geleden was het zelfs heel gewoon om de brandnetel als groente op tafel te serveren. Zeer gekend en geliefd is de brandnetelsoep. Brandnetelblaadjes kan je bereiden als spinazie en heeft net als spinazie een hoog nitraatgehalte; dus het is niet aan te raden om het daarna nog eens op te warmen.

Onze **Landschaps-infusie** bevat **Kleur&Kruid-brandnetel**. Het is een zuiverende infusie dat vooral werkt tegen voorjaarmoeheid en zorgt voor een goede stofwisseling!

LANDSCHAPS-INFUSIE: Een zuiverende kuur uit de natuur

Landschaps-infusie is van 100% lokale productie waardoor we zorgen voor een lage ecologische voetafdruk!

Door middel van planthunting proberen we, in samenwerking met kansengroepen, vrijwilligers en arbeidszorgvragers, zoveel mogelijk 'wilde' kruiden te verzamelen in het **Landschapspark Drongengoed**.

De ingrediënten van de Landschaps-infusie zijn afkomstig uit o.a. Natuurgebied Het Torrebos; Natuurgebied Maldegemveld; Natuurgebied Keigatbos; alsook uit het Provinciaal Domein Het Leen.

Een zuiverende kuur uit de natuur bestaande uit:

Agrimonia eupatoria (agrimonie), Filipendula ulmaria (moerasspirea), Rubus fruticosus (braam), Melissa officinalis (melisse), Sambucus nigra (vlierbloesem), Viola tricolor (driekleurig viooltje), Thymus vulgaris (tijm), Urtica dioica (brandnetel), Foeniculum vulgare (venkelzaad), Calendula officinalis (goudsbloem), Angelica archangelica (engelwortel), Hypericum perforatum (sintjanskruid)

