



Brinkholm nyt uge 41 – 2008

Kære Abonnent

Vi har hele sommeren holdt godt øje med naboens rug mark for at se om den blev god. Den blev høstet 7. august og har fået fine karakterer. Den har bl.a. et faldtal på 180, som er helt i top for rug (faldtal er bl.a. udtryk for bageevne). Derfor kan vi nu levere økologisk rugmel fra Brinkholms mølleri - malet, sorteret og pakket med samme omhu, som vi behandler vores hvede med. Altså opretstående stenmølle, ingen beluftning af melet og heller ingen tilsætningsstoffer eller melbehandlingsmidler. Senere bringer vi naturligvis også opskrifter på brugen af rugmel. Vi har valgt at sælge og male følgende rug produkter:

1½kg Hel rug 25 kr. – 1½kg Knækket rug 27 kr. – 1½Grov Rugmel 29 kr. (alle dele fra kornet med) og 1½kg Sigtet rugmel 31 kr. (skaldele er sigtet fra)

Mel opbevaret tørt og ikke for varmt har lang holdbarhed, vi vil dog alligevel opfordre til, at det bruges indenfor 1-2 måneder efter pakning, mens der er flest vitaminer intakt. Hvis man ønsker det, kan det opbevares i fryser så bibeholdes alle vitaminerne i længere tid.

Høns og æg:

Vi gik sidste år med i et projekt fra Dyrenes Beskyttelse om at bruge hønseracen Brun New Hampshire, som skulle kunne bruges som både slagtehaner, æglæggende høner og til sidst suppehøns.

Æggene har været gode, men der har ikke været så mange af dem som forventet, og i den seneste tid har æglægningen været for stærkt nedadgående, hvis hønsene ikke snart begynder at lægge flere æg, bliver vi nødt til at sende dem til slagtning, inden de "spiser os ud af huset".

Vi vil derfor allerede nu forhøre os om, hvor stor interessen er for suppehøns. Derfor vil vi gerne have en forhåndstilkendegivelse af, hvor mange høns I kunne tænke Jer at købe, så send venligst en mail til

info@landbrugslauget.dk. Bestillingen er i først omgang ikke bindende, men hvis interessen viser sig at være stor nok til en slagtning i stedet for aflivning, vil I senere blive anmodet om fast bestilling.

Kasseindhold:

Spinaten fra Brinkholm er blevet skyllet en gang, så ikke hele marken kom med, men den skal skylles et par gange mere inden brug. **Mandariner:** de første italienske Satsumas mandariner er med i frugtkassen, som altid er de dybt grønne p.g.a. af manglende kuldepåvirkninger, men ikke desto mindre fuldt spiselige – dejlig friske og nemme at pille.

Mange dejlige efterårshilsner ☺

Liss, Erik, Lisbeth og Eva

Denne uges kasser ser sådan ud ... (med forbehold for sidste øjeblikændringer)

Grå kasse	Rød kasse	Grøn kasse	
2 kg. kartofler		1 kg. kartofler	DK
Gulerødder	Gulerødder	Gulerødder	DK
Romanesco	Roamesco	Romanesco	DK
Pastinak	Pastinak	Pastinak	Rønnely DK
Spinat	Spinat	Spinat	Brinkholm DK
Tomat – mini blomme	Tomat – mini blomme		DK
Rødløg	Rødløg	Rødløg	Brinkholm DK
Salat La Rossa/Bionda	Salat Lollo Rossa/Bionda		DK

Frugt kasse		Frokost kasse	
Mandariner Satsuma	Italien	Romanesco	DK
Bananer	Mellemerika	Salat Lollo Rossa/Bionda	DK
Pærer Conference	Holland	Tomat – mini blomme	DK
Æbler – Vanda	Fejøl DK	Agurk	DK
		Peber – Rød	DK
		Rødløg	Brinkholm DK

Alle varer er økologiske

Opskrifter:

Varm rodfrugtsalat

Appelsindressing
200 g kvark 1%
½ revet skal af appelsin
2 tsk flydende honning
groft salt

3 rødløg (ca. 200 g)
3 gulerødder (ca. 200 g)
2 pastinakker (ca. 200 g)
2 små røde peberfrugter (ca. 200 g)
2 spsk smeltet smør
1 fed knust hvidløg
groft salt og friskkværnet peber
2 tsk rosmarin
2 dl ristede sojabønner

Bagetid: Ca. ½ time ved 250°.

Appelsindressing: Rør ingredienserne sammen. Smag til med salt.

Pil løget. Skræl gulerødder og pastinakker. Fjern kernerne fra peberfrugterne. Skær alle grønsagerne i grove stykker og læg dem på en plade med bagepapir. Bland smørret med hvidløg, salt, peber og rosmarin og hæld over grønsagerne. Vend rundt. Bag grønsagerne midt i ovnen. Anret grønsagerne i et fad og drys de ristede sojabønner over.

Server med dressingen og evt. en appelsinbåd.

Tips: Ristede sojabønner finder du på helsekosthylden. Resten af sojabønnerne kan nydes som snack.

Kylling med spinat, citron og rødløg

1 fed Hvidløg
0,5 stk citron
375 g Kartoffel
salt
Sort peber
50 g Forårsløg
0,5 stk. Romainesalat
3 spsk. Rapsolie
2 stk. Kyllingefilet 100 g
Cherrytomater
1 stk. Rødløg
1 spsk. Akaciehonning
100 g Babyspinat
1 spsk. Rosmarin

Fremgangsmåde Tænd ovnen på 200° C.

Skær og skær kartoflerne i både. Bland 2/3 dele af olien med knust hvidløg, rosmarin, salt og peber. Kom kartofler og olieblanding i en

frysepose, og ryst godt. Hæld kartoflerne ud på en plade med bagepapir, og steg dem i ovnen ca. 30 minutter.

Skær rødløg i små både. Halver citronern, og fjern kerner med en gaffel.

Gnid kyllingen med resten af olien, krydr med salt og peber, og steg den gylden på begge sider. Kom løg og citronsaft ved. Skru ned for varmen, og giv kyllingen yderligere 12 min. Vend honning i og smag til.

Snit salaten fint. Skær tomater i både, og forårsløg i ringe.

Skyl spinaten og kom den i en gryde sammen med 1 tsk. olie, salt og peber. Lad den være i vandet omkring 1 min. Hæld den herefter op i en si, og lad den dryppe af. Pres evt. overskydende vand fra.

Serverer kyllingen ovenpå spinaten, og anret kartofler og salat ved siden af.

Følgende varer kan leveres med ugens grønt, prisen på tilkøbsvarer kan variere fra uge til uge i takt med pris stigninger og fald:

Brinkholms egne grøntsager: Rødbeder 1 kg 16 kr Hokkaido 20 kr.

Kassetyper	Pris				
Grå kasse	155 kr.	1 kg. Rødbeder	16 kr.	1½ kg Hel Rug	25 kr.
Grøn kasse	110 kr.	1 kg. Æbler (udenl.)	32 kr.	Aurion mel og gryn	
Rød kasse (-kartofler)	135 kr.	1 kg. Bananer (ml.amerika)	25 kr.	1,5 kg Spelt sigtet	55,50 kr.
Frugtkasse	100 kr.	Brinkholm mel		1,5 kg Spelt mel (fuldkorn)	45,50 kr.
Frokostkasse	110 kr.	1 Bl. Frugt		1,5 kg. Durum Spelt	43,00 kr.
Levering	40/20 kr.	1½ kg Sigtet Hvede	29 kr.	1,5 kg Havregr. Fin/Grov	31,25 kr.
Ekstra grønt og frugt		1½ kg Groft fuldk. Hvede	23 kr.		
10 kg. Kartoffler	100 kr.	1½ kg Hvede klid	20 kr.	Æg	
1 kg. Kartoffler	10 kr.	1½ kg Hel Hvede	26 kr.	6 æg	18 kr.
1 kg. Løg	24 kr.	1½ kg Sigtet Rugmel	31kr.	10 æg	30 kr.
1 kg. Gulerødder	12 kr.	1½ kg Groft fuldk. Rugmel	29 kr.	15 æg	45 kr.
		1½ kg Knækket Rug	27 kr.	30 æg	90 kr.

