



Brinkholm nyt uge 13-2009

Kære Abonnent

Landsorganisationen 'Grøn Hverdag' inviterer Brinkholms kunder, andelshavere og andre med interesse for økologi og bæredygtighed til Inspirationsdag lørdag den 28. marts 2009 kl. 12-16 i Det Økologiske Inspirationshus, Allégade 7-9, Frederiksberg.

Arrangementet, som har gratis adgang, byder på foredrag, muligheder for køb af lækker økologisk mad og drikke samt præsentation af landsorganisationen Grøn Hverdag i disse usædvanlige og smukke lokaler. LandbrugsLauget er indbudt til at deltage, og vi forventer at være repræsenteret – måske med et lille indlæg midtvejs. Udenfor vil du kunne kigge på el-biler og få en køretur. Du kan læse mere om Inspirationshuset i 'Grøn Hverdag' Marts 2009. Bladet der var med kasserne i uge 11 og 12 eller på www.byoko.dk.

Grøntsagskassen:

Da vi desværre ikke modtog det antal Kastanie champignon, som bestilt, har nogle af de ORANGE frokostkasser fået 2 røde peberfrugt som erstatning.

Ingen kasseleveringer i Påsken:

Vi holder **lukket i Påsken** d.v.s. **ingen levering søndag d. 12. April og mandag d. 13. April, uge 16** (h.h.v. 1. og 2. Påskedag). De 14-dages kunder, der får levering i lige uger, kan vælge at flytte leveringen 1 uge frem og få levering i uge 15. Det samme gælder månedskunder, der skulle have levering i uge 16. – **Meddelelsen skal gives senest søndag d. 29. marts 2009**
Husk evt. at få bestilt ekstravarer med leveringen uge 15.

Mange dejlige solskins-forårshilsner ☺

Brinkholm-folkene

Der kan stadig bestilles **150 g mandler 29 kr. – små Rødkål 15 kr. – Appelsiner 1 kg 25 kr.**

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

Grå kasse	Rød kasse	Grøn kasse	
2 kg kartofler		1 kg kartofler	DK
1 kg gulerødder		1 kg gulerødder	DK
Rødbeder – gule	Rødbeder – gule	Rødbeder - gule	DK
Jordskokker	Jordskokker	Jordskokker	DK
Blomkål	Blomkål	Blomkål	F
Bladselleri	Bladselleri	Bladselleri	I
Champignon Kastanie	Champignon Kastanie	Champignon Kastanie	NL
Citron	Citron	Citron	I
Courgette	Courgette		I
Hvidløg	Hvidløg		AR

Frugt kasse		Frokost kasse	
Pærer Red Bartlett	AR	Salat Iceberg	E
Bananer	Mellemamerika	Agurk	E
Appelsiner - Navel	I	Bladselleri	I
Æbler – Royal Gala	AR	Champ. Kastanie/Rød peberfr.	NL
		Tomat på gren	E
		Karse	DK

Alle varer er økologiske

Næste uges kasser: Se <http://www.landbrugslauget.dk/Forside/naesteUgesKasse.php>

Opskrift:

Fyldte tomater med champignon

8 store tomater, 250 g champignon, 1 fed hvidløg, merian, salt og peber

Skyl tomaterne og skær et låg af stilkenden. Udhul tomaterne med en ske og stil dem i et smurt lille ovnfast fad. Svits de rensede og skivede champignon og det knuste hvidløgsfed. Tilsæt 2 spsk tomatindmad og lad det småsimre sammen. Smag til med krydderier. Kom fyldet i de udhulede tomater og bag dem i ovn i ca. 20 min ved 225 grader.

Bagte squash med champignonfyld

4 mellemstore squash
1 stort hakket løg
1 fed hakket hvidløg
250 g. champignon
smør eller margarine
4 flåede og hakkede tomater
1 hakket grøn peberfrugt
1 spsk. olie granola (fuldkornsrasp)
100 g. revet parmesan eller cheddarost

Flæk squashene på langs, fjern kernerne, tag pulpen ud og hak den.

Svits løg, hvidløg og de hakkede champignon i smør, til de er bløde.

Tilsæt tomater, squashpulp og peberfrugt og lad det simre et øjeblik.

Kom fyldet i de halverede squashskaller og drys dem med rasp og ost.

Bages ved 200 grader i ca. 35 minutter eller til de er møre

Tips: Mængden af ingredienser til fyldet kan tilpasses størrelsen på squashene.

Bagt mørksej med gulerødder og blomkål

6-800 gr. mørksej
½ blomkål
3-4 gulerødder
Olivenolie
2 dl grøntsagsbouillon el. hvidvin
Saften fra 1 citron
Havsalt & Sort peber

Skær fisken i passende portionsstykker.

Pensel fisken med olivenolie. Gulerødderne skrælles og skæres i grove tern. Blomkålen skæres i små buketter (skær evt. stokken i skiver). Damp grøntsagerne i lidt vand med havsalt 3-4 minutter. Læg gulerødder og blomkål i et ildfast fad. Læg fisken herpå, overhæld med kogende grøntbouillon, krydres og bages i ovnen ved 180° i ca. 12-15 min. Server med kogte ris

Følgende varer kan leveres med abonnementskassen – prisen på tilkøbsvarerne kan variere fra uge til uge i takt med pris stigninger og fald:

Der kan stadig bestilles **150 g mandler 29 kr.** – **Rødkål 15 kr.** – **Rosenkål 400g 18 kr.**

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