



Brinkholm nyt uge 43-2009 (søndag d. 18.10. – lørdag d. 24.10.2009)

Kære Abonnent

De sidste 2 uger var 'Grøn Hverdag' med i kasserne. Hvis I ikke allerede har læst det, var det måske en god ide at finde det frem og læse artiklerne om GMO fødevarer og problematikken ved "at gå ind for" disse produkter. Herefter vil I måske stå bedre rustet til at tage stilling til spørgsmålet – hvis I ikke allerede har besluttet Jer.

Hvis man tror på erfaringerne indtil nu, er der i hvert fald uhyggelige perspektiver, der ligger forud for vores klode og muligvis menneskeheden, hvis der åbnes op for GMO-teknik i Europa.

Har du fået forlagt bladet og nu meget gerne vil læse artiklerne, kan du rekvirere det ved at sende en mail til info@landbrugslauget.dk.

Grøntsagskasse/Frugtkasse:

GRÅ, RØD og GRØN kasse får i denne uge nyhøstet **bladbeder fra Brinkholms marker**, hvis der ikke kommer for mange nætter med frost, vil det være muligt at bestille dem som **tilkøb pris 18 kr.**

Fik I afprøvet opskriften på 'sund slik' – kvædeflæsk – fra uge 41, det får en flot rødlig farve, og det smager herligt – ellers kan I stadig nå det, da **Kvæderne kan købes som tilkøb 40 kr. /kg**

I uge 35 annoncerede vi salg af Aurions Glutenfri Grød bestående af: Risflager og ristet hirse i Demeter kvalitet. Quinoaflager og hakkede abrikoser, alt i økologisk kvalitet. Nu kan du også købe en anden glutenfri grød: 'Den flade mave' bestående af Ristet hirse, ristet boghvede, quinoaflager, ristede mandler, hørfrø, tørrede æblestykker og kanel 46 kr./700 g

Mange milde nu-regnvåde-efterårsferie-hilsner ☺

Brinkholm-folkene

Sæsonvarer i tilkøb (faste tilkøbsvarer se bagsiden):

Hokkaido 20kr/stk – **Rødløg** 1kg 16 kr. – **Grønkål** 400g 25 kr. – **Bredbl.persille** 1 bdt. 15 kr. –
– **Rødkål** 16 kr./stk. – **Kvæder** 1 kg 40 kr.

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

Grå kasse	Rød kasse	Grøn kasse	
2 kg Nye kartofler		1 kg Nye kartofler	DK
Gulerødder – Nye	Gulerødder – Nye	Gulerødder – Nye	DK
Rødbeder	Rødbeder	Rødbeder	DK
Bladbeder	Bladbeder	Bladbeder	Brinkholm
Løg	Løg	Løg	DK
Champ. – Kastanie	Champ. – Kastanie	Champ. – Kastanie	NL
Avocado 2 stk.	Avocado 2 stk.	Avocado 1 stk.	Mexico
Hvidløg	Hvidløg	Hvidløg	DK
Tomater – blomme	Tomater - blomme		

Frukt kasse		Frokost kasse	
Æbler Rød Aroma/Ahrista	Fejøl/Klippinge	Salat Egeblad	DK
Pærer Conference	NL	Champ. – Kastanie	NL
Bananer	Mellemamerika	Agurk	DK
Appelsiner	Syd Afrika	Julesalat	DK
Melon Honning	Italien	Peber – gul	NL
		Tomater – blomme	DK
		Avocado	Mexico

Alle varer er økologiske

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

LandbrugsLauget a.m.b.a.; Kulagervej 23, St. Linde, 4653 Karise
Tlf. 56 78 89 69, mail info@landbrugslauget.dk; Hjemmeside www.landbrugslauget.dk

Opskrift: Bagte rødbeder

2-3 rødbeder pr. person
1 spsk. Olivenolie
1 tsk. tørret timian
1 fed presset hvidløg (kan udelades)
Salt og peber

Skræl rødbederne og skær dem i skiver á 2-3 cm
Beklæd en bageplade eller et fad med bagepapir
og placér rødbedeskiverne på skærepladen.
Bland timian og hvidløg i olien og pensl
rødbederne med olien. Drys med salt og peber.
Bag i ovnen i 45 min. eller til de er møre ved 200
grader

Bladbeder med gedeost

8 store bladbodeblade
1 løg
1 spsk. Olivenolie
200 gr. Blød gedeost
½ dl frisk hakket dild eller fennikeltop
1 fed hvidløg

Stænglerne skæres fra bladene og de
grønne/røde blade lægges i kogende vand et par
minutter. De afdryppes. Løg og stængler hakkes
meget fint og svitses i olien i 5 min. De afkøles og
røres i gedeosten sammen med dild eller toppen
af fennikelknolden samt hvidløg. Der smages til
med salt og peber. Blandingen rulles ind i de
dampede blade og de små pakker sættes i et
ovnfast fad, dækkes med folie eller låg og sættes
i en 200 gr. Varm ovn i ca. 20 min.

*Der kan sagtens bages gærbrød med **Ølandshveden**, men hvis det skal være helt i top, er andre
hævemuligheder værd at afprøve. F.eks. denne opskrift på et godt brød bagt med bageferment:*

Gulerodsbrød

Fordej: 3½ dl vand (ca. 37 gr.) blandes med 100 g Ølandshvede og 75 g groft fuldkorns Ølandshvedemel
til en lind dej. Der tilsættes 1 spsk. bageferment – grunddej. (Se opskriften i pakken med bageferment)
Dejen stilles ved 25-30 gr. I ca. 12 timer.

6 dl varmt vand (70 gr) hældes over 150 g grove havregryn og 400 g groft fuldkorns Ølandshvedemel –
trækker i 20 minutter.

200 g fint revne gulerødder, 850 g sigtet Ølandshvedemel og 6 dl vand blandes med havregryn og den
grove fuldkorns Ølandshvedemel. Til sidst tilsættes fordejen, og dejen æltes rigtigt godt igennem. (Dejen
skal være klæbrig).

Dejen stilles til hævnning et lunt sted 1 time. Dejen deles i 3 stykker og lægges i forme og stilles til hævnning
et lunt sted. Når brødene er hævet ca. 2 cm, (højst 45 min.) sættes de i ovn ved 200 gr. Til
kernetemperaturen er 98 gr. (ca. 50 min.)

Sæsonvarer i tilkøb:

Hokkaido 20kr/stk - **Rødløg** 1kg 16 kr. – **Grønkål** 400g 25 kr. – **Bredbl.persille** 1 bdt. 15 kr. –
– **Rødkål** 16 kr./stk. – **Kvæder** 1 kg 40 kr.

Kassetyper	Pris				
Grå kasse	155 kr.	1 kg. Bananer (ml.amerika)	25 kr.	1½ kg Hel Rug	25 kr.
Grøn kasse	110 kr.	1 kg. Bl. Frugt (DK/udenl.)	28 kr.	Aurion mel og gryn	
Rød kasse (- kartofler)	135 kr.	150 g Mandler	29 kr.	1,5 kg Spelt sigtet	55,50 kr.
Frugtkasse	100 kr.	500 g mandler	90 kr.	1,5 kg. Spelt mel (fuldkorn)	45,50 kr.
Frokostkasse	110 kr.	1 kg Mandler	175 kr.	1,5 kg Durum Spelt	43,00 kr.
Levering	40/20 kr.	Brinkholm mel		1 kg Havregryn Grov	27,00 kr.
Ekstra grønt og frugt		1½ kg Sigtet Ølandshvede	33 kr.	700g Glutenfri grød	42,00 kr.
10 kg. Kartofler	100 kr.	1½ kg Gr. fuldk.Ølandshvede	26 kr.	700 g Den flade mave	46,00 kr.
1 kg Kartofler nye DK	10 kr.	1½ kg Grahams Ølandshvede	29 kr.		
1 kg Løg	20 kr.	1 kg Hvedeklid	20 kr.	Æg	
1 kg. Gulerødder nye DK	11 kr.	1½ kg Hel ØlandsHvede	27 kr.	6 æg	18 kr.
1 kg Pærer (udenl) *	30 kr.	1½ kg Sigtet Rugmel	31 kr.	10 æg	30 kr.
1 kg. Æbler (danske)	27 kr.	1½ kg Groft fuldk. Rugmel	29 kr.	15 æg	45 kr.
		1½ kg knækket Rug	27 kr.	Strikkegarn 100 g **	80 kr.

* Pærer fås kun i de uger hvor der er pærer i frugtkassen.

** Strikkegarn af vores egen lammeuld, 6 naturfarver, skriv efter garnprøve.

Prisen på tilkøbsvarerne kan variere fra uge til uge i takt med pris stigninger og fald.