

Weekbrief Sociale Voedseltuin Beilen Week 32 6 augustus 2026

Beste abonneementhouders,

Weekoverzicht: Een prachtig compliment & een droomstart voor de toekomst!

Wat een mijlpaal hebben we deze week te vieren!

Enige tijd geleden werd de sociale voedseltuin Beilen benaderd door de WMD (Waterleiding Maatschappij Drenthe). Zij hebben het prachtige plan opgevat om een deel van hun terrein in Midden-Drenthe om te toveren tot een Waterlandgoed: een groene, aantrekkelijke plek voor de hele omgeving. En wat blijkt? Hun oog is ook gevallen op onze sociale voedseltuin!

Dat we hiervoor zijn gevraagd is een enorm compliment en een fantastisch blijk van vertrouwen in wat we met elkaar opbouwen. Na een reeks goede gesprekken is het binnenkort zover: we gaan een overeenkomst aan met de WMD voor een nieuw stuk grond van maar liefst **0,95 hectare**! Je vindt deze mooie plek direct aan de Mullingsweg, vlak voor de waterfabriek. Een geweldige stap voor de toekomst van de tuin.

Ondertussen draait het werk op de huidige tuin op volle toeren. Onze topvrijwilligers en de tuinder hebben weer bergen werk verzet om de kratten weer rijk te vullen.

Wat zit er deze week in de tas?

Een geweldige overgangsoogst waarin de hoogzomer en het vroege najaar samenkomen:

 **Sperziebonen & kousenband**,  **Rode en gele bieten**,  **Komkommer & courgette**,
 **Rijpe tomaten**,  **Snijbiet**,  **Worteltjes**,  **Verse aardappelen**,  **De allereerste pompoenen!**  **De allereerste aubergines!**,  **Verse kruiden:** Basilicum en dropplant

Recepten met de oogst van deze week

Mediterraanse Traybake met Aubergine, Courgette & Pompoen

1 kleine pompoen (in blokjes), 1 aubergine (in blokjes), 1 courgette (in halve schijven), handje verse basilicum, 3 el olijfolie, 2 teentjes knoflook (fijnggehakt), 1 tl gedroogde oregano, 100 g feta, peper en zout.

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 200 °C. Meng de pompoen, aubergine en courgette in een grote kom met de olijfolie, knoflook, oregano, peper en zout. Verdeel de groenten over een met bakpapier bekleede bakplaat. Rooster 25-30 minuten in de oven tot de groenten zacht en lichtbruin zijn.

Bestrooi vlak voor het serveren met verkruimelde feta en verse scheurblaadjes basilicum.

Surinaams Geïnspireerde Kousenband & Sperziebonen Wok

150 g kousenband, 150 g sperziebonen, 1/2 courgette (in reepjes), 1 ui, 2 teentjes knoflook, 1 el sjalot of Surinaamse kerrie (masala), 1 el ketjap manis, 1 el zonnebloemolie, peper en zout.

Bereiding:

Snijd de kousenband en sperziebonen in stukjes van ca. 4 cm. Kook ze 4 minuten voor in gezouten water en giet af. Snipper de ui en fruit deze samen met de knoflook en de kerriepoeder aan in een ruime wok met zonnebloemolie. Voeg de courgettereepjes, kousenband en sperziebonen toe.

Roerbak 4-5 minuten op hoog vuur. Maak af met de ketjap manis, peper en zout. Lekker met rijst of aardappelen uit de tuin!

Weekbrief Sociale Voedseltuin Beilen Week 32 6 augustus 2026

Zomerse Snijbiet- & Tomatengratin met Aardappeltjes

400 g verse aardappelen, 250 g snijbiet, 3 rijpe tomaten (in plakjes), handje verse basilicum, 150 ml kookroom, 75 g geraspte belegen kaas, 1 teentje knoflook, peper, zout en nootmuskaat.

Bereiding:

Kook de aardappelen in de schil 10 minuten voor, laat afkoelen en snijd in dunne schijfjes.

Snijd de snijbiet grof en stoof deze 3 minuten in een pan tot het blad slinkt. Knijp overvloedig vocht eruit. Meng de kookroom met de knoflook, helft van de kaas, peper, zout en een snuf nootmuskaat.

Laag in een ingevette ovenschaal om en om: aardappelschijfjes, snijbiet en tomaten.

Giet het roommengsel erover, top af met de rest van de kaas en bak 25 minuten op 190 °C tot de bovenkant goudbruin is. Garneer met basilicum.

Frisse Wortel-Komkommersalade met Dropplant-Dressing

1 komkommer, 200 g worteltjes, takje dropplant (fijngesneden), 2 el volle yoghurt of kwark, 1 el olijfolie, 1 tl honing, 1 tl citroensap, peper en zout.

Bereiding:

Schaaf de komkommer en worteltjes met een dunschiller of rasp in dunne linten/reepjes.

Klop in een kommetje een dressing van yoghurt, olijfolie, honing, citroensap, peper, zout en de fijngehakte dropplant.

Meng de linten groente voorzichtig door de dressing en laat 10 minuten intrekken voor het serveren.