



DE WIMPSCHRANS HOEVE

April 2025

Vrolijk
Pasen

Lekkere paaseitjes van
100% Callebaut chocolade

Ambachtelijk gemaakt
door Milkbar Vanessa

Biologische studenten haver met
rozijnen, hazelnoten, walnoten,
cashewnoten en amandelen.

2,20 €/100gr

U kan zelf uw potje meebrengen.

Koken met kinderen (kinderen optioneel!) : Provencaals stoofpotje met blinde vink (4 pers)

Vorbereiding: (15min.)

Los de bouillon (half blokje of 4gr Morga bouillon) op in 2dl heet water.

Verwijder de pitjes en de witte zaadlijsten uit 2 rode paprika's en snij in blokjes van 2 cm.

Snij 1 courgette en 1 aubergine in blokjes van 2 cm. Snipper 1 ui en de basilicumblaadjes (5 takjes) fijn.

Bereiding:

Verhit 2 eetl. (olijf)olie in een hoge braadpan en bak 4 blinde vinken aan alle kanten goudbruin.

Voeg 1 eetl. (olijf)olie, de ui, de paprika, de courgette en de aubergine toe. Laat 2 à 3 min. mee bakken. Kruid met 1blad laurier, 1 kl gedroogde tijm, peper en zout.

Kook intussen 250gr rijst gaar in lichtgezouten water (kooktijd: zie verpakking). Giet af.

Overgiet de blinde vinken met 400gr gepelde tomaten en de bouillon. Laat op een zacht vuur 10 min. verder garen.

Afwerking:

Verdeel de blinde vinken met de groentjes over de borden en serveer met de rijst. Bestrooi met basilicum.



OPGELET! Aubergines zijn snel klaar, maar rauw kan je ze niet eten. Ze bevatten namelijk solanine, een natuurlijke gifstof die maag- en darmklachten veroorzaakt.

Blinde vinken
(per 2 verpakt = +/- 300 gr)
12 €/kg

Morga groentenbouillon €6,35
200 gr = goed voor 10 liter
Slechts 0.64 per liter!

Corsica worstjes, 3 mndn
gerookt en gedroogd 29,95€/kg

Nieuw!

De Drie Wilgen staat voor een ecologisch verantwoorde manier van handelen met respect voor de natuur en haar producten. Er wordt bewust gekozen voor lokaal fruit.

U vindt bij ons 20 verschillende sappen

NIEUW

Ananas op sap 350gr €3,85

Kersen op sap 350gr €3,30

Appelmoes 700gr €3,10

Zonder toegevoegde suikers

De biologische ketchup van Luce bestaat uit slechts 4 ingrediënten en brengt gegrilde gerechten, friet en pasta op een delicate manier op smaak, tot groot genoegen van jong en oud! €4,19
Proef ook hun spaghetti €1,97/500gr



Itegemsesteenweg 125 - 2270 Herenthout / Guy Van Bedts 0474/745186

guy.van.bedts@telenet.be

www.wimpschranshoeve.be

Openingsuren:

ma - zat : 8 - 13 uur / 17 - 20 uur

zondag : 8 - 12 uur