DE WIMPSCHRANS HOEVE

Mei 2026

Bloemkool is rijk aan voedingsvezels, vitamine C en K en is een goede bron van kalium. Bloemkool is, in tegenstelling tot andere koolsoorten zoals savooikool, spruiten, rode en witte kool, lichter verteerbaar. Bloemkool is veelzijdig: gekookt, verwerkt tot soep, in een salade en stoofschotels of als aperitiefhapje. Van ovenschotels met bloemkool tot bloemkoolrijst en bloemkoolpizza, oneindig veel mogelijkheden.

Bloemkoolsteak met chimichurri.

Verwarm de oven voor op 180°C. Verwijder de bladeren van de bloemkool. Snijd dikke plakken uit het midden van elke bloemkool. Roer 1 el paprikapoeder los met een scheutje olijfolie en kruid met peper en zout.
Verhit een grillpan. Smeer de bloemkoolplakken in met de marinade.
Gril de bloemkool aan beide kanten op de grillpan. Leg ze daarna op een met bakpapier beklede ovenplaat en laat nog 10 minuten in de oven verder garen.
Maak de chimichurri (zoveel variaties: basis is olijfolie, (witte) wijnazijn, peterselie en knoflook)
Snipper 1 sjalot en pers 1 teentje knoflook fijn. Hak 1 rode chilipeper fijn. Meng alles met 2el witte-wijnazijn, 1 elcitroensap en de volgende fijngehakte kruiden: 2el peterselie, 2 el oregano en 2 el bieslook. Voeg een scheutje olijfolie toe en roer tot een gladde saus. Eventueel bijkruiden met peper en zout. Naargelang je eigen smaak, andere kruiden gebruiken.
Minder of meer pikant: chilipeper of -vlokken weglaten of toevoegen.

Uit eigen serre!
Bloemkool en sla
Vraag ernaar.

Wij doen weer mee met de korte keten wedstrijd. Deze loopt van 16 tem 31 mei. Vorig jaar hadden wij 1 winnaar met een kadobon van 50 euro.
Meer info op weekvandekorteketen.be

NIEUW
Loonse appel- en perenstroop, erkend streekproduct uit Limburg.
Zonder toegevoegde suiker 4 €

Naast onze Dixmuda en Brugge boter, hebben we nu ook Nazareth gezouten boter

Zonder toegevoegde suiker

Zondag 10 mei
moederdag
Knuffels voor mijn tranen
Woorden vol moed
Dankjewel lieve mama
Voor alles wat je doet

Onze eerste patatjes zijn geplant, bloemige en vastkokende.
Wat is er nog aan het groeien in onze serre en hof?
Bloemkool, groene selder, peterselie, lente-ui, spitskool, sla, koolrabi, prinsessenboontjes, boterboontjes, snijbonen, rabarbar, ui en wortel

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 zon- en feestdagen : 8 – 12 uur