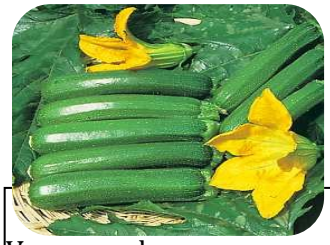
DE WIMPSCHRANS HOEVE

Juli 2026



Courgette is een veelzijdige, milde groente die wereldwijd in tal van gerechten wordt gebruikt. Met zijn frisse smaak en veelzijdigheid past de courgette in vele hartige gerechten. Of je hem nu rauw in salades eet, grilt of roerbakt, de courgette is een gezonde keuze die een bron is van vitaminen en vezels.

Courgettetaart met aardappel en rode paprika (4pers)

Verwarm de oven voor op 180°C.
Snijd 2 courgettes in lange linten en 3 aardappelen in hele dunne plakjes met een dunschiller of mandoline. Verwijder de zaadlijsten en steeltjes van 2 rode paprika's en snijd in dunne reepjes.
Vet een (quiche)vorm in met wat olie of boter. Bedek de bodem met de courgettelinten (weven voor de gevorderden).
Verdeel er de aardappelschijfjes en paprika over. Strooi er 2 el peterselie over.
Klop 4 eieren los met 200 ml room en breng op smaak met peper, cayennepeper, gerookt paprikapoeder en zout. Giet het mengsel over de groenten. Strooi geraspte kaas over de quiche en zet gedurende 35 minuten in de oven, check zeker eerst of de aardappelschijfjes gaar zijn met een satéprikker. Ook lekker koud de volgende dag.

Groenten uit eigen hof:

Courgette, spinazie, koolrabi, sla, komkommer, lente-ui, boterboontjes en prinsessenboontjes (boontjes nog beperkt)

Nog aan het groeien:

Tomaten, rode biet, ajuin, wortel, koolrabi, pompoen, zoete aardappel, spitskool,…

Promo's in juli:

Curcuma Jane700 ml
Vermeiren speculaaspasta
Choco met honing

tot einde voorraad

Nieuwe aardappelen Première
1,50 €/kg

Ook wij werken mee aan de klimaatverbetering !

Het stikstofdecreet bepaalt dat iedere rundveehouder een maatregel moet nemen om zijn ammoniakemissie te doen dalen met 5%. Dit kan op verschillende manieren en wij hebben gekozen voor de installatie van een zogenaamde mestrobot. Deze rijdt een aantal keer per dag door onze melkveestal en veegt de mest die nog op de rooster ligt door de openingen in de mestput. Doordat alle mest in de put wordt opgeslagen, komt er minder ammoniak vrij in de lucht. Het was een beetje wennen voor onze koeien, maar ondertussen zijn ze hem al een beetje gewend. Doordat de koeien nu op een properdere rooster staan, heeft dit voor hen ook voordelen, met name dat hun hoeven properder blijven. Wil je meer weten hoe deze werkt, kan je kijken op de site lely.com.

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