



De WIMPCHRANS HOEVE

OKTOBER
2023



HET PRODUCT VAN DE MAAND IS...



walnoten

Deze maand iets
helemaal anders op
onze nieuwsbrief...
laat je creativiteit
botvieren!

Ergens geen brood in zien = niet denken dat iets kan werken...

Dat is gesneden brood = taak waar iemand helemaal geen moeite mee heeft...

... zoals dit receptje... lukt ieder!!!!

Notenbrood in de broodmachine:

300 ml lauw warm water - 1,5 tl suiker -
30 gr gesmolten roomboter -
50 g gesmolten peren of een appel stroop -
snuijfe zout - 250 gr speltmeel - 250 gr
volkorenmeel - 1 ½ el droge gist - na kneden
+/- 250 g totaal verschillende gebrande noten
(bv. walnoten, hazelnoten, amandelen) en evt.
ook gedroogde vijgen, abrikozen krenten,
cranberry, etc. erbij doen.

Zelf notenporto maken.... Easy going!!!

3 liter rode wijn (middenklasse)
1 1/2l witte wijn (middenklasse)
½ l alcohol 94%
6 noten in groene bolster, onbeschadigd
3 noten in groene bolster, gekraakt
3 oudere noten, gekraakt, enkel noten
½ kg suiker



Noten oogsten +/- Jul/Aug/Sept als de bolsters nog groen zijn en geen beschadiging en zwarte vlekken bevatten. Alle ingrediënten in een emmer van minstens 5 l met deksel doen. De emmer wekelijks schudden in het begin en het deksel lichten om de gistlucht te laten ontsnappen. Na 3 maanden het geheel zuiveren door een zeef met doek. Dan in flessen opslaan en nog zeker 3 maanden laten rusten...

Nu eigen kweek: walnoten, rode bietjes, peterselie, kropsla, pijpajuintjes, aardpeer, hokkaido pompoenen, butternut pompoenen, zoete aardappel, spinazie, knolselder, courgette, molbonen, kastanjes

Aardappelen Corinnes à 1.20 €/kg
5 kg = 5.50 €
10 kg = 10.00 €
25 kg = 20.00 €



Kiwi's -Zespri's... lekker zoet ... zonder veel suiker te bevatten (minder dan een appel of banaan) ... boordevol vitamines en mineralen.... Vitamine c (het dubbele van een sinaasappel), kalium, vitamine e & k. Regelmatig eten zorgt voor een beter immuunsysteem, een betere slaap, verbetert je humeur... dat is wetenschappelijk bewezen. Een betere stoelgang, vermindert opgeblazen gevoel. Past bijna in elk dieet (48kcal/100gr).

Nu actie, bij aankoop van 2 kiwi's, kras en win



Met een beetje vertraging zal de bewaar-aardappel Bintje (bloemig), Noblesse (vastkokend) & Victoria (vastkokend) geogst worden tegen half Oktober.



Nu ook terug pruimen & 4 vruchten confituur & bosbessengelei

Mix noten à 18.95 €/kg
Walnoten(eigen kweek) à 3.00 €/kg
Appelstroop De Drie Wilgen à 2.90 €

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

www.wimpshranshoeve.be / guy.van.bedts@telenet.be / [Facebook](https://www.facebook.com/wimpshranshoeve)

Openingsuren: ma – zat : 8 – 13 uur / 17 – 20 uur zondag : 8 – 12 uur Feestdagen enkel voormiddag!