

Nieuwsbrief De Drie Hoefijzers

Wat gaan we in eten in januari?

Allereerst de beste wensen voor het nieuwe jaar! Moge het vreugde en vrede brengen, ook in eigen kring. En uiteraard een goede gezondheid!

Goede voeding is van groot belang voor die gezondheid. Maar wat is goede voeding? Daar is veel over te doen. Volgens ons is die in ieder geval gevarieerd, zo vers mogelijk en de seizoenen volgend. Wie leeft en eet volgens de seizoenen hoeft het meestal niet van ver te halen. En dan is het vaak verser, (dus lekkerder) duurzamer en zeker niet duurder!

Wie zelf kookt heeft het in de hand. Maar niet iedereen houdt van zelf koken, of denkt het niet te kunnen. Wij helpen u daarbij graag op weg. En de trouwe zelfkokers willen wij helpen om de variatie en het plezier er in te houden.

Maar ook mensen die een gezellige avond willen weten steeds vaker de weg naar ons te vinden en ook die ontvangen wij graag.

We trappen het nieuwe jaar af met een verfijnde variant op carpaccio, namelijk een soort torentje met carpaccio. Dit bouw je op met afwisselend laagjes bladerdeeg en carpaccio. Bij elk laagje komt er wat truffelmayo, rucola, kaassnippers, gebakken spekjes, tomaat, kappertjes en pijnboompitten!

Daarna maken we een preisoepje dat we verrassend maken door er zoete uiringen aan toe te voegen.

Het hoofdgerecht, steak met pastinaakfrietjes uit de oven en sjalotsaus is smakelijk en past zeker bij de nieuwjaarsmaand. De pastinaak is niet langer een vergeten groente, eerder een herontdekte en gewaardeerde oude vriend. Gewaardeerd om zijn smaak, inhoud en veelzijdigheid.

We sluiten dit menu af met een luchtige sinaasappelsoufflé met sinaasappelsaus. De liefhebber kan hier een bolletje vanille-ijs bij krijgen. En dan is het weeral tijd voor de koffie!

Vrije workshops zijn er op maandag 22 januari en vrijdag 26 januari.

Groepen kunnen met ons ook een datum afspreken en eventueel zelf een menu kiezen.

Zie onze website www.drie-hoefijzers.nl en Facebook voor info en actuele ontwikkelingen. Mail ons of bel ons voor speciale wensen.



Ons menu van januari:

- Torentje van laagjes carpaccio en bladerdeeg en daarbij truffelmayo, wat rucola, kaassnippers, gebakken spekjes, tomaat, kappertjes en pijnboompitten
- Prei-aardappelsoepje met zoete uiringen en bieslook
- Steak met pastinaakfriet, sjalotsaus en salade.
- Sinaasappelsoufflé met sinaasappelsaus, wat munt en bolletje ijs

Heel veel kookplezier!
Marlies en Karel Martinet



Facebook



Twitter



Website

Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u driehoefijzers@zeelandnet.nl toe aan uw adresboek.