

5^e

september 2021
jaargang 45

Wijkkrant De Laares

Mogelijk gemaakt door Wijkcommissie de Laares

BEN JE
OKÉ?

BURENDAG
25 SEPTEMBER

WAT DOE JIJ
VOOR DE WIJK?

SAMEN MAKEN
WIJ DE WIJK

BESTE BUUR
BOKAAL

ENERGIESTRATEGIE
SAMEN DE STAP MAKEN

IN DIT NUMMER

- Nieuws uit de wijk
- Kaatje schrijft
- Serie De Laares Toen
- Bericht van moestuin de Lelie
- Campagne Ben je oké
- Burendag
- Transitievisie Enschede
- Kids
- Berichten uit de wijk





Oldenzaalsestraat 124
7514 DS Enschede
Tel: 053-4331193
www.gerthenk.nl

DE KOOTER

SPUIT- EN SCHILDERWERK

- Binnen- en buitenschilderwerk •
- Airless spuiten van wanden en plafonds •
- Spuiten van meubels en keukens •
- Behang, wandafwerking en interieurfolie •

meerdanschilderwerk.nl



Montagepartner

VELUX®

www.arnoldschouwink.nl, Rozenstraat 12 Enschede, 06-51156910 of bgg 06-15360765

De timmerman voor al uw timmerwerkzaamheden in en om het huis, van dakraam tot dakkapel, van carport, tot zolders aftimmeren, kasten maken enz., in het bezit van het keurmerk voor kwaliteits vakman

Larink fysiotherapie

Aan de Steenweg, op het Ribbelt, bieden wij al sinds 1974 met ons team kwalitatief hoogwaardige zorg met duidelijke informatie en in een prettige sfeer.

Een fijne praktijk, midden in de wijk. Fysiotherapiepraktijk Larink is naast praktijk voor fysiotherapie en manuele therapie ook praktijk voor bekkenfysiotherapie en geriatriefysiotherapie. Overige speerpunten zijn revalidatie na Covid-19, therapie bij COPD klachten en perifere arterieel vaatlijden, dry needling, fysiotherapie op haptonomische basis en ontspanningstherapie.

U kunt zonder verwijzing een afspraak maken. Binnen enkele dagen wordt u geholpen.

Openingstijden

Maandag t/m donderdag 07:00 - 19:00 uur
Vrijdag 07:00 - 18:00 uur
Zaterdag 10:00 - 12:00 uur

Uw gezondheid, onze missie.

Specialisaties

- Manuele therapie
- Bekkenfysiotherapie
- Geriatrische fysiotherapie

Speciale aandachtsgebieden

- Revalidatie na Covid-19
- Dry needling
- Fysiotherapie op haptonomische basis
- Ontspanningstherapie
- Hart-, vaat- en longfysiotherapie
- Looptraining bij etalage benen
- Fysiotherapie bij stuitpijn
- Medical taping concept
- Fysio-fitness

Groepsbehandeling

- COPD
- Artrose



📍 Steenweg 26, 7531 BW Enschede

☎ 053 - 435 84 16

✉ info@fysiotherapie-larink.nl

🌐 www.larink.nl



INFORMATIE

CONTACTGEGEVENS
WJKCOMMISSIE
DE LAARES

Voorzitter

Martijn Pauw

voorzitter@laares.nl

Penningmeester /secretaris

Nur Aydin

wjkcommissielaares@gmail.com

Verkeer & Veiligheid

Brandon Verpoorte

info@verkeerenveiligheiddelaares.nl

Webmaster

Marja Mulder

info@laares.nl

Wijkbudget

Angelie Braakman

wijkbudgetlaares@hotmail.com

Redactie wijkkrant

Aron Hijkoop

wijkkrantlaares@hotmail.com

Nieuws uit de wijk

Woord van de voorzitter

De zomervakantie is weer voorbij en ik hoop dat u en jullie van deze periode hebben genoten. In september starten we als dagelijks bestuur onze werkzaamheden ook weer op. We hopen dat we dit, met enkele kleine aanpassingen, weer in de normale ritmiek kunnen gaan doen. Dat we langzaam weer terug gaan naar het oude normaal zorgt er hopelijk ook voor dat we weer grotere activiteiten voor en door de wijk kunnen organiseren. We hebben gelukkig in de wijk al weer enkele straatfeesten georganiseerd zien worden.

Ook een mooi initiatief als de kledjesmarkt is door een aantal bewoners mogelijk gemaakt. Gezien het aantal mensen dat mee gedaan heeft was dit een groot succes.

In september gaan we als dagelijks bestuur actief verder met de herinrichting van het buurt/schoolplein en de verkeerscirculatie in de wijk. In samenspraak met de gemeente willen we bekijken hoe en ander samen te laten vallen met het vergroenen van de wijk. Ook gaan we verder om te bezien hoe we het badhuis hopelijk weer in gebruik kunnen nemen als buurthuis.

Vanaf een zonnige veranda in Frankrijk wil ik afsluiten met dat ik hoop u snel weer te mogen zien in een openbare vergadering of activiteit in de wijk.



Enschede start campagne

tegen seksuele intimidatie op straat: Ben je oké?

Ruim 50% van alle vrouwen en 20% van de mannen in Nederland krijgt te maken met ongewenst seksueel gedrag. Dat gebeurt niet alleen tijdens het uitgaan. Ook op straat zorgt seksuele intimidatie voor onveiligheid. Daarom trekt Enschede nu een grens met een campagne tegen seksuele intimidatie op straat. De gemeente roept inwoners van Enschede op om 'Ben je oké?' te vragen als iemand lastiggevallen wordt.



De 'Ben je oké?'-campagne is een landelijke campagne van Rutgers, Kenniscentrum seksualiteit. Het zorgt ervoor dat iedereen zich op straat en tijdens het uitgaan veilig en prettig voelt. Deze campagne richt zich in Enschede naast het uitgaan nu ook op straatintimidatie. Helaas krijgen mensen in Enschede daar nog té vaak mee te maken.

Petitie Myrthe van der Houwen

Ruim 17.500 mensen ondertekenden de petitie van Myrthe voor maatregelen die bijdragen aan het voorkomen en het verlagen van seksuele intimidatie in de stad. Die maatregelen neemt Enschede nu met onder andere:

- cameratoezicht in de stad;
- Toezicht op overlastplegers;
- Opleggen van gebiedsverboden
- Publiekscampagne 'Ben je oké?'

Tijd voor cultuurverandering

Het lijkt erop dat daders van seksuele intimidatie hun gedrag vaak niet als schadelijk zien voor de ander. Het is belangrijk dat iedereen zich ervan bewust wordt wat ongewenst gedrag is. Burgemeester Onno van Veldhuizen: "Het is volstrekt onacceptabel dat mensen in onze stad op straat seksuele intimidatie ervaren. We willen de ontstane cultuur doorbreken die ongewenst gedrag normaliseert, alsof dit gedrag erbij hoort. Het is

tijd voor een cultuurverandering. Daarom starten we deze campagne en vragen we iedereen om te helpen als je ziet dat iemand lastiggevallen wordt. Iedereen moet in Enschede op straat en tijdens het uitgaan gewoon zichzelf kunnen zijn en zich veilig voelen".

Video met Enschedese boegbeelden

Linda Masselink, projectleider Veilige Steden gemeente Enschede: "De campagne Ben je oké start met een video waarin Enschedese boegbeelden vertellen over straatintimidatie. En hoe je elkaar kunt helpen als je ziet dat het gebeurt. Met posters op straat, op toiletten in horeca en via sociale media worden inwoners aan de campagne herinnerd. Ook staat alle informatie op benjeoke.nl/

enschede". Verder spoort Enschede studentenverenigingen en horecagelegenheden aan preventieve maatregelen te nemen. Ook biedt zij horecapersoneel de training Safer Clubbing aan van Stichting Sexmatters.

Veiliger

"Mensen voelen zich veiliger als ze een 'Ben je oké?'-poster zien hangen, bijvoorbeeld op de plek waar zij uitgaan", vertelt campagneleider Maartje Puts van Rutgers, die de landelijke campagne mede ontwikkelde. "Na het zien van deze posters bespreken zij ongewenst seksueel gedrag eerder. En als ze zien dat iemand lastiggevallen wordt, grijpen zij eerder in. Voordat een situatie echt uit de hand loopt," aldus Puts.



GILLY HARMSEN: 'WEES NIET BANG ALS JE STRAATINTIMIDATIE ZIET. VRAAG IEMAND DIE HET OVERKOMT: GAAT HET?'

SAMEN ZORGEN WE ERVOOR DAT IEDEREEN ZICH VEILIG VOELT IN ENSCHEDE. OOK OP STRAAT.

Kaatje omarmt diversiteit

Where can we find light in this never-ending shade? Een zin uit haar gedicht dat Amanda Gorman voordroeg tijdens de inauguratie van de Amerikaanse president Joe Biden; waar kunnen we licht vinden in de nooit-eindigende schaduw? In de maand september is de Vredesweek van Pax met dit jaar als thema 'inclusief samenleven'. Al ruim 50 jaar willen duizenden mensen laten zien dat het ook anders kan door in de Vredesweek in heel Nederland activiteiten te organiseren voor de vrede. Kaatje las het boek 'Laat je horen' van Lisa Jansen en werd zich

bewust van haar eigen oordelen, woordkeuze en privilege als blanke vrouw met blauwe ogen, geboren in Nederland met een Nederlandse naam. Kaatje kent geen uitsluiting op basis van huidskleur of naam, ze is in een veilige omgeving opgegroeid, heeft school af kunnen maken en tot nu toe nooit zonder werk gezeten.

Kaatje stelt zichzelf voor met een donkere huid, een andere naam, zonder werk vanwege een beperking en non-binair. Hoe zou zij zich handhaven in een wereld waar men niet ontkomt aan vooroordelen? Hoe zou zij reageren

als ze elke keer haar naam moest spellen? Hoe zou kunnen blijven geloven dat er ook werk is voor haar? Hoe zou het zijn als ze elke keer haar gender moest uitleggen? Kaatje omarmt de diversiteit en wil licht schijnen op die schaduw die nooit lijkt te eindigen! Wat doe jij in vredesnaam? Kijk voor informatie op vredesweek.nl.

Kaatje

WAT DOE JIJ IN VREDESNAAM?



Burendag 25 september 2021

MUZIEK VERBINDT!

BUREN Dag

Karaoke: Wil je meezingen? Graag! Meld je die middag bij Patricia

Hapjes
Koffie/thee
Frisdrank
Springkussen
Livemuziek

ARTIESTEN:
Jordy Oost (Nederlandstalig),
Gigi (Italiaanse muziek)

Zaterdag 25 september
Tijd: 13:00 uur - 17:00 uur
Adres: Leliestraat 2, ENSCHEDE

1,5 METER HOUD AFSTAND!

alleen samen krijgen we corona onder controle

Verzorgd door het Leger des Heils

FOTOBOEK
Zo is de Laares
geworden.
OP=OP



FOTOBOEKEN ZO WAS DE LAARES EN ZO IS DE LAARES GEWORDEN

Er zijn nog een aantal geweldige fotoboeken beschikbaar. Ben je nog niet in het bezit van een fotoboek? Meld je dan snel aan. Dit kan door te mailen naar Hans van Zuilekom op het volgende mailadres: h.v.zuilekom@home.nl

Dakbedekkingen

Eric Kollenhof

NIEUW - RENOVATIE - ONDERHOUD

Laaresstraat 98

www.kollenhof.nl

053 - 433 78 73

Reekers

TWEEWIELERS



• VOOR VERKOOP, SERVICE EN
ONDERHOUD VAN FIETSEN EN E-BIK'S •
• OPHAALSERVICE •

Minkmaatstraat 122 • 7514 EG Enschede • 053-4357778

www.reekerstweewielers.nl



Kapsalon Maureen

Laarressingel 195

Enschede

Maureen Eggert

Voor al uw verbouw, Timmer- en Tegelwerken
Gespecialiseerd in Badkamers

Weldink

Goudsbloemstraat 23

Tel: 053 435 91 56

7531 DD Enschede

GSM 06 23170400



KOOP LOKAAL
STEUN ONZE STAD

Transitievisie Warmte Enschede

inzage tot en met 29 september

Het College van B&W heeft de Transitievisie Warmte van de gemeente Enschede vrijgegeven voor inspraak. In de Transitievisie Warmte staat wanneer en hoe de Enschedese wijken van het aardgas afgaan. Inwoners van Enschede kunnen vanaf nu hun mening geven over de visie, voordat deze behandeld zal worden in de gemeenteraad.

Routekaart naar aardgasvrij

In het Klimaatakkoord is afgesproken dat Nederland in 2050 stopt met het gebruik van aardgas voor het verwarmen van gebouwen, koken en douchen. Hiervoor moeten gemeenten uiterlijk in 2021 in een Transitievisie Warmte beschrijven hoe ze dit doel gaan halen. In de visie staat wanneer welke wijken van het aardgas af kunnen en wat de mogelijke alternatieven voor aardgas zijn per wijk. Ook staat er in de visie hoe de routekaart (ook wel transitiepad genoemd) naar het aardgasvrij maken van alle gebouwen eruitziet. De visie geeft de hoofdrichting aan. Voor de wijken worden later, samen met bewoners en partners, afzonderlijke plannen gemaakt. De Transitievisie Warmte wordt iedere vijf jaar aangepast op basis van de nieuwste inzichten, innovaties en wet- en regelgeving.

Elke wijk kent een eigen pad

Per wijk is door onafhankelijk adviesbureau Over Morgen onderzocht welk alternatief voor aardgas het meest haalbaar en betaalbaar is. In sommige wijken zal dat een collectief warmtenet zijn en in andere wijken een individuele elektrische oplossing, zoals een warmtepomp. Er zijn ook wijken waar nu nog geen duidelijk alternatief naar voren komt. In deze wijken ligt de focus eerst op energie besparen en wordt later pas bepaald welk alternatief het meest geschikt is. Energie besparen, bijvoorbeeld door betere isolatie is overigens voor alle alternatieven de belangrijkste eerste stap.

Uitgangspunten

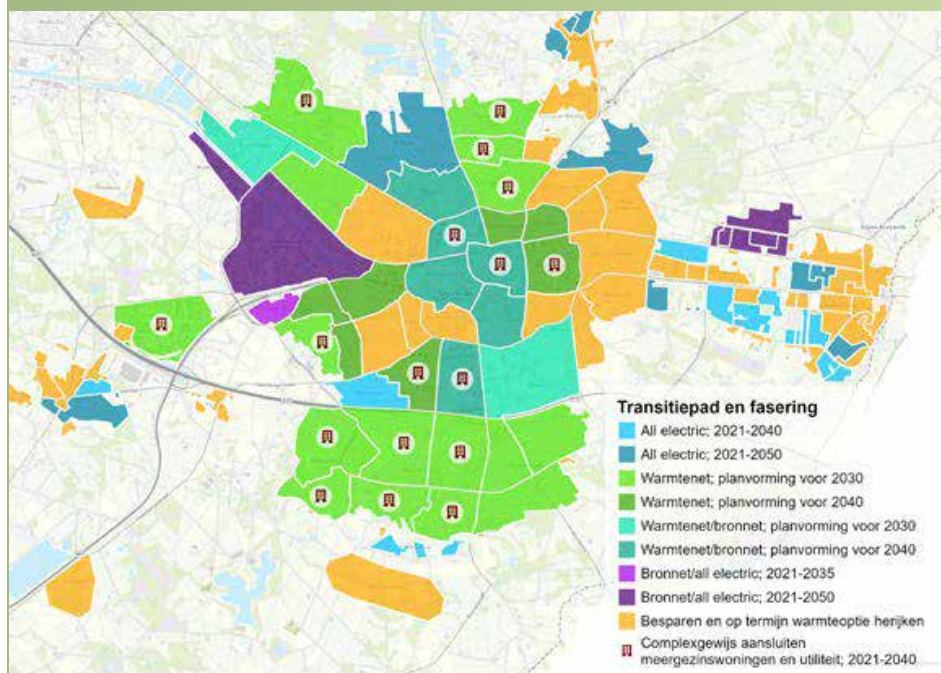
Haalbaarheid en betaalbaarheid zijn de belangrijkste uitgangspunten in de Transitievisie Warmte. De warmtetransitie slaagt alleen als het voor iedereen betaalbaar is en iedereen mee kan doen. Op dit moment is dat nog niet overal het geval, extra middelen vanuit het Rijk zijn daarvoor noodzakelijk. Daarom wordt er uitgegaan van een stapsgewijze aanpak. Er wordt gestart waar het wel kan. Als de overstap naar aardgasvrij nog niet betaalbaar is, worden er tussenstappen gezet zoals betere isolatie.

Keuzevrijheid

In warmtenetwijken hebben eigenaren zelf de keuze om hun pand aan te sluiten op het warmtenet. In all-electric wijken kunnen bewoners niet kiezen voor een gezamenlijke oplossing zoals een warmtenet.

Transitiekaart

Op de transitiekaart wordt per wijk aangegeven welk alternatief voor aardgas het meest kansrijk is.



Meer lezen en reageren

De hele ontwerp-visie is te lezen op www.enschede.nl/aardgasvrij.

Zienswijzen zijn welkom tot en met 29 september 2021.

Naar verwachting biedt het college van B&W de definitieve visie aan in november 2021 aan de gemeenteraad.

Serie 'De Laares Toen' (eind jaren 50)

27. De dagelijkse maaltijden (2.)

Zoals eerder al gezegd, werd er ook eind jaren 50 in De Laares driemaal per dag gegeten. Met als belangrijkste verschil met nu: de warme maaltijd kwam bijna overal tussen de middag op tafel. Al verschilde die warme maaltijd toen duidelijk met het ruime voedingsaanbod van tegenwoordig.

GROENTEN VAN HET SEIZOEN

Rond het middaguur was het in De Laares van de jaren 50 altijd een drukte van belang. Want dan spoedden veel (textiel)arbeiders en een enkele ambtenaar uit de wijk zich per fiets van hun werk huiswaarts. Om daar de warme maaltijd te nuttigen. Vaak diezelfde ochtend nog ingekocht. Van keuzestress was toen trouwens geen enkele sprake bij het inkopen. Supermarkten met een ruim aanbod aan (ook buitenlandse) groenten bestonden er in die tijd nog niet. Dus iedereen was automatisch aangewezen op de groenten van het seizoen. Vers verkrijgbaar bij maar liefst drie groenteboeren in de wijk: Van Gemert (Leliestraat 62), Beverdam (Rozenstraat 59) en Voogd (Laaresingel 138).

AARDAPPELEN, GROENTEN EN... JUS!

Topfavoriet bij de warme maaltijd in De Laares was de aardappel. Bijzonder voedzaam en vooral: bij de groenteboeren meestal aanmerkelijk goedkoper dan de verse groenten van het seizoen. Vooral in kinderrijke gezinnen speelde dat prijsverschil een belangrijke rol bij het samenstellen van de dagelijkse warme maaltijd. Zo kwamen daar tussen de middag regelmatig

aardappelpannenkoekjes op tafel. Ook was in menig huishouden bij groentestampotten de verhouding tussen de aardappelen en de groente soms behoorlijk scheef. Of zoals een oud-wijkbewoonster dat vorige maand nog treffend liet weten: "Bij ons thuis waren bijna alle groentestampotten grijsig van kleur." En wat voor de groenten gold, gold bij veel gezinnen misschien nog wel meer voor het gebruik van vlees bij de warme maaltijd. Vlees kwam bij de minder draagkrachtige gezinnen lang niet elke dag op tafel. De warme middagmaaltijd bestond daar dan ook meestal uit aardappelen, groenten en... jus!

VLEES VAN DE PAARDENSLAGER

Was er vlees bij de warme middagmaaltijd, dan bestond dat meestal uit een balletje gehakt of een speklapje. Vlakbij gekocht, bij slagerij Voogtsgeerd (Leliestraat 76, hoek Rozenstraat). Al maakte veel later de aanmerkelijk voordeliger paardenslagerij van E.F. de Leeuw (Rozenstraat 26, hoek Begoniastraat) af en toe een stukje vlees bij de warme maaltijd ook voor de wat minder draagkrachtigen in de wijk mogelijk. Opmerkelijk detail: traditiegetrouw ging in die jaren het grootste stuk vlees aan tafel meestal naar de hardwerkende man

des huizes.

Al waren er eind jaren 50 even goed gezinnen in De Laares voor wie een warme maaltijd lang niet elke dag vanzelfsprekend was. Meestal als gevolg van werkloosheid waren die – vaak ook nog kinderrijke – gezinnen veroordeeld tot een ronduit armoedig bestaan. Met vrijwel uitsluitend broodmaaltijden. En bij hoge uitzondering eens wat warme rijst, met een kluitje boter en wat kaneel erop.

En was er in die gezinnen toevallig eens een ietsje meer te besteden? Dan bracht de visboer, die bijna elke middag tegen vijf uur De Laares bezocht, uitkomst. Zijn vaste stek: het toenmalige plantsoentje op het kruispunt Rozenstraat – Tulpstraat. Vooral vette vis, zoals stoomboking, vond daar dan gretig aftrek. Groot genoeg om meerdere avondboterhammen mee te beleggen!

© 2021 Ad den Held

Kinderminibieb

- Er is een Kinderminibieb bij
- De kleine yurt! Je mag hier boeken
- komen lenen, ruilen of geven.
- Ook liggen er kleurplaten om mee
- te nemen.
- De bie is te vinden aan de
- Papaverstraat.
- **Veel leesplezier!!!**



Kids!

Puzzels

WOORDZOEKER

Zoek deze woorden en streep ze af:

Aardrijkskunde

Boeken

Delen

Geschiedenis

Glijbaan

Gym

Jas

Juf

Kiesbord

Klas

Knippen

Leren

Lezen

Oefeningen

Pen

Potlood

Puzzel

Rekenen

Schaar

Schommel

School

Schooltas

Schrift

Schrijven

Spelletje

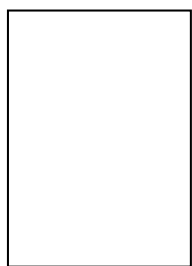
Tekenen

Zandbak

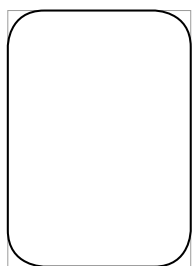
Zandtafel

N	H	A	A	R	D	R	I	J	K	S	K	U	N	D	E	R	L
Y	Y	I	G	B	L	E	F	A	T	D	N	A	Z	X	J	T	I
M	Y	G	S	E	L	P	G	U	B	U	B	E	K	W	M	N	V
G	R	R	C	K	S	S	R	L	D	C	N	E	K	E	O	B	S
D	S	E	H	N	W	C	C	A	I	R	E	K	E	N	E	N	O
T	P	S	O	I	V	V	H	H	A	J	B	C	T	S	D	G	S
F	N	A	M	P	C	Z	R	I	O	H	B	V	T	U	A	C	V
I	L	T	M	P	X	T	A	I	E	O	C	A	K	V	W	J	F
R	X	L	E	E	N	U	N	N	E	D	L	S	A	H	X	U	R
H	M	O	L	N	E	P	F	E	D	J	E	Y	M	N	Y	I	D
C	N	O	L	D	G	L	L	I	L	B	T	N	I	S	A	L	K
S	E	H	E	R	N	J	E	Y	J	E	A	E	I	X	O	D	B
G	R	C	Z	O	I	C	M	Z	A	I	D	K	L	S	P	I	O
B	E	S	Z	B	N	J	R	H	E	F	K	K	B	L	E	E	K
Z	L	O	U	S	E	Q	C	M	U	N	M	D	C	Y	E	D	N
Q	X	H	P	E	F	O	L	J	N	E	N	E	K	E	T	P	J
Q	I	B	T	I	E	S	C	H	R	I	J	V	E	N	G	S	S
Y	F	D	K	K	O	Q	D	O	O	L	T	O	P	V	O	G	W

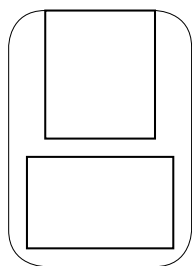
STAP BIJ STAP TEKENEN: SCHOOLTAS



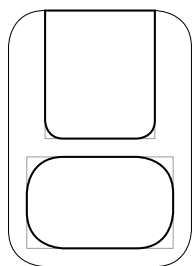
Stap 1



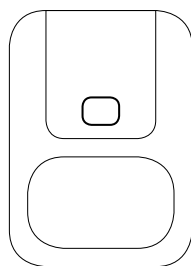
Stap 2



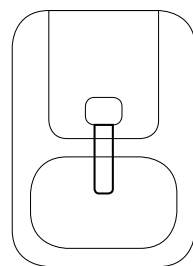
Stap 3



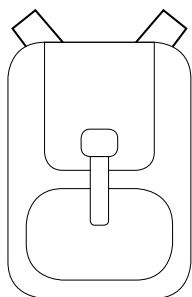
Stap 4



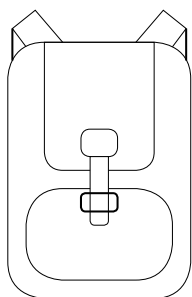
Stap 5



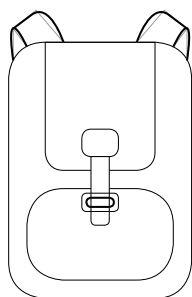
Stap 6



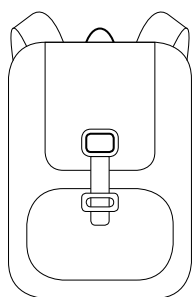
Stap 7



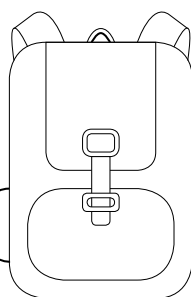
Stap 8



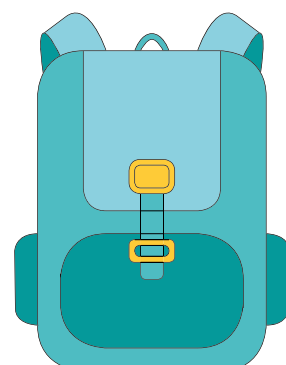
Stap 9



Stap 10



Stap 11



Stap 12

Berichten uit de wijk

De Laares matjesdag

21 augustus 2021 de eerste 'kleedjesmarkt voor de deur' in de Laares! Voor het huis, wel zo fijn. Geen gesleep met spullen en het toilet dichtbij. Ruim 30 aanmeldingen en ook buiten de wijk zong het rond dat er een kleedjesmarkt was. Al voor 10 uur struinden de eerste bezoekers rond op zoek naar schatten. En verder? Gezelligheid voerde de boventoon, burens spraken elkaar, soms sinds lange tijd, weer, nieuwe kennismakingen en het weer zat ook nog eens mee!

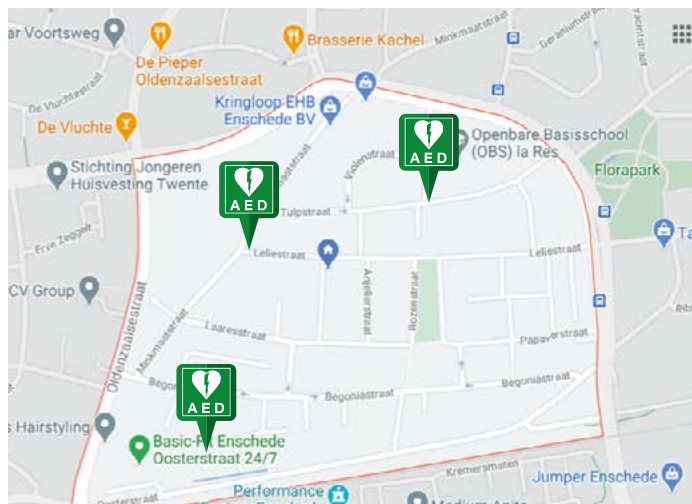
De zijstraatjes en plekken waar minder aanmeldingen waren kregen minder aanloop. Volgend jaar weer? Jazeker! Er zijn ideeën genoeg voor een uitgebreider en nog leukere kleedjesmarkt, dus reserveer de laatste zaterdag van de zomervakantie 2022 alvast in je agenda!

Voor de deelnemers en de bezoekers van deze kleedjesmarkt: dank jullie wel voor jullie enthousiasme en gezelligheid!

Bhani en Marjet



Wie is volgens u een goede noaber?



- AED Tiggelhof
Tulpstraat 40
- AED Leger des Heils
Leliestraat 2
- AED Oosterpoort
Oosterstraat 2



Gemeente Enschede
T 053 481 81 81

Meldingen openbare ruimte
T 053 481 76 00

Wijkbeheer
Laurens Ottenschot
lottenschot@enschede.nl
T 053 481 58 50

Ons Huis
T 053 484 89 00

Domijn
T 053 209 22 09

De Woonplaats
T 0900 96 78 (€0,10/min)

Instanties Leger des Heils
T 088 065 20 20
patricia.lems@legerdesheils.nl

Wijkagent
Tessa Bekkenutte
tessabekkenutte@politie.nl
T 0900 88 44

Meld Misdaad Anoniem
T 0900 70 00

Milieupolitie
T 481 58 58

Hondenoverlast
Jos Hassink
T 481 59 07

Red een dier
T 144

Afvalwijzer
www.twentemilieu.nl

Moestuin De Lelie

Beste wijkbewoners,

Wij, de vrijwilligers, hebben ons de afgelopen maanden mogen verheugen op regelmatig bezoek van de wijkbewoners. Dit doet ons goed, want daar doen we het tenslotte allemaal voor. Met name de bossen bloemen uit onze pluktuin waren bij jullie in trek. Maar ook de verschillende groenten vielen in de smaak.

Onze kuikens zijn gedurende de zomer gegroeid "als kool", om maar in de terminologie van de tuin te blijven. Velen van jullie zijn er regelmatig geweest om te kijken hoe het met hen ging.

Wij hopen in september, als deze wijkkrant uitkomt, nog steeds een aantal groenten voor u in de verkoop te hebben. Op dit moment zijn dat o.a. nog courgettes, tomaten, komkommers, wortelen, rode bietjes, snijbiet, aardappels en pepers. Om het u gemakkelijker te maken geven wij u een recept om een heerlijke gebonden maaltijdsoep op tafel te zetten.

We hopen jullie te zien.

Tot ziens, de vrijwilligers

Heerlijke maaltijdsoep van courgettes

Lekker met stokbrood & veel kookplezier!

Benodigheden: (4 personen)

- 2 grote of 3 kleine courgettes,
 - 2 uien,
 - 2 tenen knoflook,
 - 3 eetl. olie,
 - 1 rode paprika,
 - 4 aardappels,
 - 5 takjes verse tijm
(of 1 volle theelepel gedroogde)
 - 1 grote eetl. kerrie
 - 1 eetl. paprikapoeder zoet,
 - 2 bouillonblokjes (kip of groente)
 - min. 1 ltr. water,
 - 100 ml kookroom
(of twee eetl. crème fraîche)
 - Zout en peper
(eventueel garneren met verse munt)
- TIP Lekker met stokbrood.

Bereiding:

- Snijd de courgettes, knoflook, uien, paprika en aardappels in blokjes. Kook de aardappels 8 tot 10 min. voor en gebruik later het kookvocht.
- Doe de olie in een grote soeppan en begin met fruiten van de uien enkele min. voeg daarna de knoflook en vervolgens de paprika toe en bak even mee.
- Voeg de aardappelblokjes incl. kookvocht toe.
- Vul aan met resterende hoeveelheid water en natuurlijk de bouillonblokjes.

- Voeg alle kruiden toe en breng het aan de kook. Daarna zachtjes garen.
- TIP Eventueel over twee pannen verdelen.
- Tenslotte de kookroom of crème fraîche toevoegen.
- Pureer het geheel met een blender.



**Onze tuin is zaterdagmorgen geopend van 11.00 tot 13.00 uur.
U bent van harte welkom! aan de Leliestraat (naast het Leger des Heils)**

PINNA
delicatessen

Butlon

Voor 4 uur besteld dezelfde avond thuis bezorgd.

Bestel op www.pinnadelicatessen.nl

of www.butlon.com

Vers gebrande noten,
tapas, kazen en
buitenlandse worst
soorten.



Chrysantstraat 80 7531 KD Enschede


memento
uitvaartzorg

Wij zijn dag en nacht
voor u bereikbaar

Nelleke & André
Groenink

06 43 03 54 99
www.mementouitvaartzorg.nl



altijd in
gedachten