

# FJILDMARKT

---

Dankjewel dat jij je hebt ingeschreven voor onze nieuwsbrief! FjildMarkt verstuurd twee keer in de maand een nieuwsbrief met aanbiedingen, ontwikkelingen, informatie over onze lokale boeren en nog veel meer...

In deze nieuwsbrief vind je meer informatie over wat FjildMarkt precies is, informatie over onze lokale tomatenboer én een leuke aanbieding met passend recept!

## Wat is FjildMarkt?

### **Aardappelen, groente en fruit van boeren uit de regio toegankelijk maken foar in lytse beurs!**

FjildMarkt is een non-profitorganisatie die als doel heeft om kwalitatief goede en verse producten uit de regio toegankelijk te maken foar in lytse beurs. Wij verkopen aardappelen, groente, fruit, kruiden en peulvruchten tegen een prijs die gemiddeld 70% lager is dan bij de supermarkt.

Door direct bij de boer in te kopen en te werken met overschotten en reststromen, kunnen de boeren een eerlijke prijs krijgen en kunnen mensen betaalbare boodschappen doen. Hoewel de producten er soms anders uitzien, zoals kleine paprika's, kromme komkommers of appels die niet goed gekleurd zijn, is er geen verschil in kwaliteit en versheid.

### **Voorstander van een korte voedselketen**

De coronacrisis heeft de kwetsbaarheid van globale voedselketens blootgelegd en toont aan dat Nederland te afhankelijk is van export en import. Een kortere voedselketen zou de CO2-uitstoot verminderen, voor eerlijke prijzen zorgen en het voedselbewustzijn vergroten.

### **Onze ambities**

FjildMarkt vindt dat gezond en duurzaam-geproduceerd voedsel beschikbaar moet zijn voor iedereen, ongeacht hun financiële situatie.

Meer weten over FjildMarkt? Ga naar [www.fjildmarkt.nl](http://www.fjildmarkt.nl)



## Tomatenteler Theo uit Berlikum

Theo van der Kaaij en zijn broer Arjan vormen de derde generatie binnen familiebedrijf Kaaij Kwekerij. Het bedrijf is van een paar hectare Westlandse druivenkassen gegroeid naar circa 25 hectare kassen in Berlikum, waarin trostomaten worden geteeld. Het telen van gezonde en lekkere producten staat centraal bij de kwekerij, die duurzaam en biologisch teelt met als doel de perfecte smaak en kwaliteit te bereiken. Ook willen ze consumenten motiveren om meer tomaten te eten vanwege hun gezondheidseigenschappen, zoals antioxidanten, vitamines en mineralen, en het lage caloriegehalte.

Meer weten over Kaaij Kwekerij? Ga naar [www.kaaij-tomaten.nl](http://www.kaaij-tomaten.nl)



**In de aanbieding: Trostomaten!**

Voor deze twee weken bij sociale boerderijwinkel Bezigh in de aanbieding: 500 gram tomaten van boer Theo uit Berlikum!

Elders voor €2,49, bij ons €0,49

Pak je kans, want op=op!

Dinsdag en vrijdag is de boerderijwinkel weer geopend van 10.00 tot 18.00. Graag ontvangen wij je dinsdag en vrijdag in de sociale boerderijwinkel Bezigh!

### **Waardebon bij brief over energietoeslag 2023**

Gemeente Achtkarspelen en gemeente Tytsjerksteradiel hebben een waardebon voor 500 gram gratis trostomaten bij boerderijwinkel Bezigh verstuurd bij de brief over de energietoeslag in 2023.

Inwoners van gemeente Achtkarspelen en Tytsterksteradiel die deze brief hebben ontvangen, krijgen bij het inleveren van de waardebon 500 gram gratis trostomaten. De waardebon kan worden ingeleverd bij boerderijwinkel Bezigh.

Deze actie loopt tot en met 8 augustus! Vergeet niet de waardebon mee te nemen naar de boerderijwinkel.

Boerderijwinkel Bezigh | Rykswei 1 | 9288 CB Kootstertille / Twijzel

Open op dinsdag en vrijdag van 10 tot 18 uur (vanaf september dagelijks).

bezigh@fjildmarkt.nl | 06 206 039 28 | [www.fjildmarkt.nl](http://www.fjildmarkt.nl)



---

## **Recept van de week: Tomaten-paprika soep**



**4-6 porties**

**Ingrediënten:**

- 4-6 porties
- Ingrediënten:
- 2 kg tomaten
- 2 paprika's (rood of geel)
- 1 ui
- 1 teentje knoflook
- 2 L water
- 2 groentebouillonblokjes
- 1 theelepel (verse of gedroogde) dille
- 1 theelepel kerriepoeder
- 1 theelepel paprikapoeder
- 1 eetlepel olie
- 2 eetlepels fijngehakte bieslook

**Instructies:**

1. Was de tomaten en paprika's. Verwijder de zaadlijsten van de paprika en snij ze in grove stukken. Pel de ui en knoflook en snij ze in grove stukken. Snij de tomaten in vieren.
2. Verhit de olie in een pan. Bak de ui en de knoflook ± 2 minuten. Bak de tomaten vervolgens ± 2 minuten mee. Doe de paprika's erbij en bak ze ook even mee.
3. Giet er zoveel groentebouillon op dat de groenten net onder staan en breng de soep aan de kook. Laat ± 10 minuten koken.

4. Pureer de soep met de staafmixer. Breng de soep op smaak met de kruiden. Voeg vlak voor het opdienen de bieslook toe aan de tomaten-paprikasoep.
- 
- 

**Mede mogelijk gemaakt door:**

Rabobank

Fjild | FjildMarkt

Schoolstraat 29B, 9285NE Buitenpost

info@fjild.nl, www.fjildmarkt.nl

---

This email was sent to <<Email Address>>

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)  
Stichting Grien · Schoolstraat 29B · BUITENPOST, Friesland 9285 NE · Netherlands