

IS OKTOBER NAT EN KOEL, WORDT DE WINTER ZACHT EN ZWOEL

WERELD VEGGIE DAG: 1 oktober

Elke Belg eet in zijn leven gemiddeld 1800 dieren. Maar wat als we die dieren nu eens 1 dag respijt geven? 1 Oktober, Wereld Veggies Dag, de ideale gelegenheid om onze vrienden de dieren te sparen en vegetarisch te eten. Als alle Belgen dat doen, sparen we het leven van meer dan 650 000 dieren. Maar niet alleen de dieren zullen ons dankbaar zijn. Ook op het milieu, de voedselverdeling en onze gezondheid heeft vegetarisch eten een positief effect.

Daar Veresto het zijn klanten niet als een verplichting wil maken om hieraan deel te nemen, hebben wij ons dagmenu niet aangepast. Maar hieronder vindt u onze nieuwe suggestiekaart die geldig is vanaf 1 oktober en waarop we wel bewust, voor de allereerste keer, een vegetarisch gerecht hebben gezet.

Wenst u de vegetarische maaltijd op 1 Oktober of op een andere dag te ontvangen, geef dit zeker door aan uw bedeler en laat ons achteraf weten wat u er van vond en wat uw mening is omtrent het vegetarisch aanbod in onze maaltijden.

- Moet het vegetarisch aanbod op de suggestiekaart uitgebreid worden?
Zoja, geef ons gerust uw suggestie door
- Liever wel of liever geen vegetarische maaltijden op ons maandmenu?

SUGGESTIES vanaf 1/10/2018

- A. Kalkoenlapje met Blackwellsaus en wortelstampot
- B. Vegetarische gehaktballetjes met tomatensaus, boterboontjes en aardappelpuree
- C. Stoverij van konijn met gestoofd witloof en gebakken aardappelen
- D. Baconburger met vleessaus, savooikool en natuuraardappelen
- E. Schartongrolletje met bieslooksaus, duo van wortel en aardappelpuree
- F. Stoofvlees met rode kool en natuur aardappelen
- G. Lasagne bolognaise
- H. Spaghetti bolognaise

Wenst u het dagmenu te vervangen door één van onze suggesties, geef uw keuze **3 werkdagen vooraf** door aan uw bedeler of aan het OCMW (via het daarvoor bestemde formulier). Deze suggesties worden steeds aangevuld met de dagsoep en dessert van onze maandmenu.



OKTOBER: HAPPY HALLOWEEN



Het is het bijna Halloween. Niet schrikken dus als je een enge pompoen of griezelige heks ziet op 31 oktober. Maar waarom vieren we eigenlijk Halloween?

De naam 'Halloween' komt van het Engels. Daar betekent 'All Hallows Eve' de avond voor Allerheiligen.

Het waren de Kelten, een volk uit Ierland, die 2000 jaar geleden voor het eerst 'Halloween' vierden. Eigenlijk vierden zij toen oudjaar want volgens hun kalender startte het nieuwe jaar op 1 november. De Kelten geloofden dat de doden voor één dag terug naar de aarde kwamen om het lichaam van iemand anders te stelen. Door zich te verkleeden en maskers te dragen wilden de levenden de doden afschrikken.

Net als maskers en Halloween zijn ook pompoenen en Halloween onlosmakelijk met elkaar verbonden. Het uithollen van pompoenen is niet alleen leuk, maar het zou ook kwade geesten weggagen. Bij Veresto maken we er vooral iets lekkers mee zoals onze pompoensoep.

RECEPT VAN DE CHEF: Pompoensoep

Ingrediënten voor 4 personen

- 1 kg pompoenvlees, 1 ui, 1 wortel, 2 stengels witte selder
- 1 liter kippenbouillon, klontje boter
- 200 gr kruidenkaas
- Peper, zout, tijm, laurier en verse tuinkruiden

Bereiding

- De groenten in grote stukken snijden en aanstoven in de boter
- Tijm en laurier toevoegen en even laten meestoven
- De groenten bevochtigen met de kippenbouillon, aan de kook brengen en een half uurtje laten pruttelen op een zacht vuurtje
- De kruidenkaas toevoegen en alles met de staafmixer goed pureren
- Op smaak brengen met peper en zout
- Afwerken met fijngehakte tuinkruiden en eventueel wat kruidenkaas of een scheutje room

Onze dagsoep geserveerd op 4, 9, 15 en uiteraard op 31 oktober, het themamenu is een Halloweenstoofpotje met wortelstampot

Smakelijk !!!

