



## **GROENTE VAN DE MAAND**

### **Witloof**

Witloof is een bladgroente die in het donker wordt geteeld. De afgesneden krop kan rauw of gekookt, gebakken of gegratineerd gegeten worden.

Sommige mensen, vooral kinderen, houden niet van de bittere smaak van witloof. Deze smaak komt echter niet naar voren als je het witloof rauw eet. Door witloof te koken met naast water wat melk wordt de bittere smaak ook verzacht.

De volkse overlevering wil dat witloof toevallig ontdekt werd omstreeks 1830 tijdens de afscheidingsoorlog met Nederland vlakbij Brussel – vandaar ook soms Brussels lof genoemd - toen een boer in Schaarbeek de cichoreiwortels in zijn kelder onder een laagje zand verstopte. Na enkele weken stelde hij vast dat de bittere wortels waren uitgelopen en dat de blaadjes zoet en mals smaakten. Hij kwam op het idee de witte blaadjes te verkopen als rauwe wintergroente (wit loof). Deskundigen doen dit verhaal af als een mythe.

Witloof is een der gezondste en veiligste groente. De wortel die op het land stond, vervolgens geroid en ingekuild, produceert in ongeveer 3 weken tijd een witloofkrop. In die 3 weken komt er absoluut geen enkel bestrijdingsmiddel aan te pas. Dat zou in die korte tijd ook niet zinvol zijn. In België wordt jaarlijks gemiddeld 7 kilogram per persoon gegeten, wat witloof de op één na meest gegeten groente maakt.

### **Recept witloof op Portugese wijze (voor 4 personen)**

Ingrediënten: 1 kg witloof / 6 hardgekookte eieren / 1 doosje tomatenpuree / 4 tomaten / 1 ui / 1 soeplepel kuzu / 100 gram gemalen kaas / peper en zout

Stoof het witloof gaar in kokend zout water (ongeveer 20-30 minuten). Giet uit in een vergiet en laat het witloof goed uitlekken. Schik het witloof vervolgens in een vuurvaste kom. Kook de eieren hard, snijd ze in de lengte in twee en schik ze tussen het witloof. Snijd de ui en de tomaten in kleine stukken en stoof ze zacht. Voeg tomatenpuree toe en bind met de kuzu tot een dikke tomatensaus. Giet deze saus over het witloof en de eieren en bestrooi de schotel met kaas. Laat de bereiding in de oven een korstje krijgen.

*bron:* [www.grondwitloof.be](http://www.grondwitloof.be)

## PROMOTIES VAN DE MAAND



-15% op het volledige gamma Provamel Yofu 500g



Lauretana water 1,5l: 5 + 1 gratis

(niet alle producten zijn in iedere winkel beschikbaar)

---

### Origin'O op de blog

Onlangs lanceerde Origin'O een eigen blog op de website [www.origino.be](http://www.origino.be). Ga gerust een kijkje nemen en stuur ook jouw reacties en ervaringen zodat deze blog kan uitgroeien tot een dynamisch archief voor levensgenieters van nature.

---

### JE MENING EN SUGGESTIES ZIJN BELANGRIJK:

Reacties, vragen, suggesties en tips zijn heel belangrijk voor ons, laat ze gerust weten op onze mailbox [info@origino.be](mailto:info@origino.be) of op onze nieuwe blog op de website!

Geniet van nature!

Het Origin'O Team

Sigrid (Brugge) – Patrick (Drongen) – Chantal (Gent) – Yves (Koksijde) – Katleen (Leuven) – Lut (Roeselare) – Guy (Torhout) – Jean-François (Watermaal-Bosvoorde)  
en alle winkelmedewerkers

---



Origin'O Brugge - De Trog, Katelijnestraat 142, 8000 Brugge, tel 050 33 31 37

Origin'O Drongen, Mariakerksesteenweg 34, 9031 Drongen, tel 09 227 07 52

Origin'O Gent, Kortrijksesteenweg 148, 9000 Gent, tel 09 221 37 45

Origin'O Koksijde, Zeelaan 188, 8670 Koksijde, tel 058 51 66 72

Origin'O Leuven, Craenendonck 5, 3000 Leuven, tel 016 23 67 18

Origin'O Roeselare, Oude Stadenstraat 15, 8800 Roeselare, tel 051 22 68 85

Origin'O Torhout, Industrielaan 3, 8820 Torhout, tel 050 22 20 97

Origin'O Watermaal-Bosvoorde, Middelburgstraat 1, 1170 Watermaal-Bosvoorde, tel 02 662 16 93

---