



nieuwsbrief • Februari 2007

Maandthema - Het verhaal van bakkerij De Trog
 Brood in de kijker
 Groente-fruit van de maand
 Artikel in de kijker - Thee van Piramide
 Recept van de maand - ovenschotel met witloof en roquefort
 Waar vind je ons?



Maandthema - Het verhaal van bakkerij De Trog

Bakkerij de Trog werd in de jaren '70 gesticht met als doel een alternatief, eerlijk en kwalitatief hoogstaand broodproduct te produceren.

Toen de stichters in 1996 aan een nieuwe uitdaging toe waren, besloten ze samen met hun huismolenaar op zoek te gaan naar een geschikte overnemer. Men ging op zoek naar iemand die met dezelfde ingesteldheid en zorg een eindproduct nastreefde de naam "De Trog"-waardig. Tijdens die zoektocht kwam men terecht bij Hendrik, een traditionele ambitieuze jonge bakker die op zoek was naar een vernieuwde arbeidsvreugde binnen zijn beroep. Van zodra duidelijk werd dat Hendriks' visie tal van raakpunten vertoonde met die van De Trog, werd beslist over te gaan tot een intense opleiding ter plaatse. Het logische gevolg van deze opleiding was een overname van De Trog.

De grondstoffen

Een belangrijk argument in de grondstoffenkeuze, is het streven naar een evenwicht tussen smaak, voedzaamheid, gezondheid en respect voor het milieu. Minstens 95% van de ingrediënten zijn biologisch. Het gebruik van additieven is beperkt. Zo wordt bijna uitsluitend meel op steen gemalen gebruikt. Hierbij wordt de ganse tarwekorrel, dus ook de kiem die veel vitamine E bevat, vermalen op traag draaiende molenstenen, wat verhitting voorkomt. Hierdoor blijven koolhydraten, eiwitten, vitaminen, mineralen, spore elementen en essentiële vetzuren bewaard. De basis van het brood van De Trog is al vanaf het begin hetzelfde: zelfgemaakte desem, biologisch meel op steen gemalen en ongeraffineerd zeezout.

Wat is Desem?

De allereerste broden werden op basis van desem gemaakt. Het is dus de oudste werkwijze die de mensheid kent om brood te laten rijzen. Pas vanaf de 19e eeuw is gist (als rijsmiddel) ontdekt. Een desem is een cultuur, die gekweekt wordt uit een voedingsbodem (moederdeeg) en in combinatie met vocht en temperatuur een gisting ontwikkelt. In feite is desem zuur geworden deeg. De moederdeeg van bakkerij De Trog is reeds 25 jaar oud.

Specifieke eigenschappen van Desembrood

- Desem heeft een specifieke smaak.
- Het laat ons toe tot 30% minder zout te gebruiken (zeezout).



- Desem heeft een heel typische structuur.
- Door het gebruik van desem blijken de minerale voedingsstoffen zoals calcium, magnesium en ijzer beter opneembaar.
- Desem is een natuurlijke verbeteraar, hierdoor zijn chemische verbeteraars overbodig. Natuurlijk vindt u ook voldoende gistbroden en gist-desembroden in het assortiment.



Brood in de kijker

WEEK 7 (12-17/2) • Frans Boer (Desem)

Dit desembroodje is gemaakt met tarwebloem en roggemeel die zorgt voor een specifieke smaak en sterk karakter. Het broodje heeft een luchtige structuur en krokante korst waardoor het het vocht goed vast houdt. Uiterst geschikt bij kaasproducten.

*roggemeel is een donkere graansoort geschikt voor compacte zachte broodsoorten.

Ingrediënten 65% bloem, roggemeel, tarwestroop, desem, water, sojameel, zeezout
(Ook verkrijgbaar in ons assortiment: Frans boer met haver)

Promotie: -10%

WEEK 8 (19-24/2) • Ardeens brood (Gist)

Bruin gistbroodje op basis van tarwe en gekookt speltgraan, zacht, gemakkelijk verteerbaar broodje, de spelt zorgt voor een lange versshouding.

Ingrediënten: 85% bloem*, gekookt speltgraan*, tarwestroop*, water, zeezout, gist

Promotie: -10%

WEEK 9 (26-28/2) • Speltbrood

Een licht broodje gemaakt met speltgraan zonder toevoeging van tarwe spelt is een oeroud natuurlijke graansoort met een hoge biologische waarde.

Ingrediënten Speltbloem*, desem*, sojameel*, gist, zeezout

Promotie: -10%

'O broodje

De kwaliteit van 'O nu ook in brood te verkrijgen. Verkrijgbaar in bruin en wit.



Groente-fruit van de maand

Witloof: *Cichorium intybus, var. foliosum*

We mogen trots zijn op de extra 'O' in witloof. Dit wijst er namelijk op dat witloof een echte Vlaamse groente is. Over de geschiedenis kunnen we in de Vlaamse landen veel over witloof vertellen. Een oude bron (Geschiedenis van de landbouw,) vertelt, dat in tijden van groentetekort de boeren rond Brussel de penen die ze teelden als alternatieve grondstof voor koffie (bitterpeeen) zagen schieten. Het los gesneden blad – toen nog niet eens in kropjes – brachten ze naar de markt, in tijden van groenteschaarste. Later werd dit bijproduct een

hoofdproduct, en werd er veredeld op kropvorming.

Bereidingen en houdbaarheid van witloof.

- Witloof kan je rauw gebruiken. Het mooi gevormde blad leent zich tot toepassingen in hapjes, gevuld met een slaatje of – waarom niet: gewoon zo.
- Rauw is witloof uiteraard lekker. Je kan het combineren met appel en/of mandarijn, eventueel met wat ui voor een sterker smakende combinatie.
- De Vlaamse klassieker: witloof met ham in kaassaus heeft ook een vleesvrije variant: met gerookte zalm in het rolletje, in plaats van ham.
- Ben je aanhanger van de leuze 'Bitter in de mond, maakt het hart gezond', hou je sowieso van witloof. Is dat niet het geval, of wil je zelf of je kinderen gewoon langzaam (laten) wennen aan de smaak, dan kan je de kern aan de voet van het stronkje eruit halen.

Witloof kleurt snel bruin. Zowel witloof als roodlof laten zich rauw verdienstelijk combineren met appel, citrusvruchten – eventueel aangevuld met noten of pijnboompitten. Int onderaan. Je kan dat vertragen door ze koel (goed verpakt) in de ijskast te bewaren. Het karakteristieke donkerblauwe velletje over een karton witloof is immers echt geen toeval.

Vanaf maart is ook de zustergroente van witloof verkrijgbaar; roodlof. Roodlof is vooral bekend uit Italië en dus geen inheemse groente. Je kan roodlof op dezelfde wijze bereiden als witloof. Bij koken verliest het echter zijn mooie rode kleur.



Fruit van de maand: (pers)sinaasappel

De sinaasappel, of appelsien, komt oorspronkelijk uit China, waar ook de naam vandaan komt (china-appel en appel-china) en diende vroeger vooral voor versiering. Omstreeks de 10e eeuw werd de sinaasappel naar Europa meegenomen uit China. Nu wordt de sinaasappel in heel veel streken geteeld, vooral rond de Middellandse Zee. In de winterperiode worden sinaasappels uit warmere landen ingevoerd zoals Marokko, Israël,.... Deze sinaasappels hebben vaak een minder diepe oranje kleur. Dit komt omdat zich in de (sub) tropen geen koude nachten voordoen. Deze zijn nodig om de sinaasappel de diepe kleur te geven.

De meeste sinaasappels worden gebruikt voor het sap. Natuurlijk worden ook een aantal soorten verkocht als vers fruit. Een zoete sinaasappel heeft meestal een vrij gladde schil terwijl een zure sinaasappel een ruwe schil heeft.

Verder is de sinaasappel rijk aan vitamine A, caroteen en wat Vitamine B (1, 2 en 6). De mineralen calcium, kalium, ijzer en fosfor zijn aanwezig in elke sinaasappel.

Vooraf oudere mensen doen er goed aan een sinaasappel in zijn geheel te eten en niet het sap op de nuchtere maag te drinken. Het suikergehalte wordt namelijk heel snel opgenomen. Verder is het heel verstandig om geen sinaasappels te eten vlak voor het naar bed gaan door de prikkelende eigenschap waardoor men misschien niet zou kunnen slapen.

Een weetje: Niet alleen het Spaanse Valencia, maar ook de gelijknamige stad in Venezuela is bekend voor de sinaasappels.





Artikel in de kijker - Thee van Piramide

Thee Piramide Lifestyle

De Life Style serie bestaat uit zes lekkere varianten die ieder een eigen beleving met zich meebrengen. Iedere soort is samengesteld uit speciaal geselecteerde ingrediënten die bijdragen aan het juiste gevoel. Voor iedereen die optimaal wil genieten van een heerlijke kop thee.

Balance met kaneel

Een warme zachte kruidenthee voor een natuurlijke balans. Sint Janskruid en kamille zorgen voor een evenwichtige en natuurlijke balans.

Energy met citroen

Een heerlijke melange van natuurlijke kruiden en groene thee met een frisse citroensmaak!

Focus met guarana

Bevordert het concentratievermogen. Een zachte kruidenthee met guarana en ginkgo als basis. Ginkgo geeft een aangename lichte bittere smaak.

Relax met vanillesmaak

Een zachte melange van milde kruiden die een ontspannende werking hebben.

Spirit met Ginkgo

Voor een heldere geest. Een volle ronde kruidenthee met een verrassende smaak door de toevoeging van carob. Een thee met een vleugje pit!

Vitality met sinaasappel

Een frisse thee met sinaasappel en de zachte smaak van groene thee. Voor een gezond en energiek leven.



Recept van de maand - ovenschotel met witloof en roquefort

Deze heerlijke ovenschotel kan ook een dagje vooraf bereid worden als je gasten krijgt of tijdgebrek hebt.

Bereidingstijd: 40' - baktijd 10'

Ingrediënten

8 aardappelen - 8 struikjes witloof - 1 teentje look - 150 g roquefort (of andere blauwe kaas) - 50 g gemalen kaas (beleggen) - 1 dl koffi emelk of room - peper

Bereiding:

Schrob de aardappelen schoon en kook of stoom ze in de schil. Stoom het witloof gaar. Giet de melk of de room in de ovenschaal. Pers ook de look hierin. Pel de aardappelen en snij ze in plakjes. Leg de aardappelen in de ovenschaal. Bestrooi met peper. Leg de struikjes witloof op de aardappelen. Brokkel de roquefort over de schotel en bestrooi met de beleggen kaas. Laat gratineren in een voorverwarmde oven (180°C) gedurende ongeveer 10'.



Bron: Velt



Waar vind je ons?



Origin'O Leuven - Craenendonck 5
open ma-vrij: 9u – 18u30 / zat : 9u – 18u

Origin'O Gent - Kortrijksesteenweg 138
open ma-vrij: 8u30 – 18u30 / zat : 8u30 – 18u

Origin'O Drongen - Mariakerkse steenweg 34
open ma-vrij: 8u30-18u30 / zat : 8u30 – 18u

Origin'O Brugge - De Trog - Katelijnestraat 142
open ma-vrij: 9u – 18u30 / zat : 9u – 18u



neem ook eens een kijkje op onze website
www.origin-o.be

Wij respecteren uw privacy. Uw emailadres wordt opgeslagen in een bestand dat enkel wordt aangewend voor het versturen van deze nieuwsbrief. Zoals voorzien in de wet van 8/12/1992 betreffende de gegevensverwerking en de bescherming van de persoonlijke levenssfeer, beschikt u over een inzage- en correctierecht van uw gegevens.

Optie: [uitschrijven](#) of [wijzig persoonlijke data](#)

This message
is powered by **news4you**[®]
www.news4you.be