

Hobbitnieuws

Nieuwsbrief over het wel en wee van De Hobbitstee - komt uit als het uitkomt.

Januari 2009, nummer 1, derde jaargang

In dit nummer

Een goede start van 2009	1
Friese woudbonensoep (voor 4 personen)	2
Nationale natuurwerkdag op de Hobbitstee	3
Activiteitenagenda	4
Verstillings - een gedicht	5
Hobbittip	6
Deze nieuwsbrief...	7

Een goede start van 2009

Door Kiki Baaijens

De eerste maand van het nieuwe jaar is alweer bijna voorbij. Voor de schaatsliefhebbers was het een bijzondere maand! Onze verslaggeefster heeft enkele Hobbits heerlijk rond zien zwieren op het plaatselijke ijsbaantje en op wat natuurlijker ijs. Zelf heeft zij het maar gehouden bij een dubbele dosis chocolademelk met slagroom...

Maar na plezier komt... meer plezier! Zondag 1 februari is er weer een werkdag. Wie helpt? We hopen jullie in grote getale te mogen verwelkomen!

Veel leesplezier en hopelijk tot gauw!

Friese woudbonensoep (voor 4 personen)

Aangeleverd door Wilma Bast, bron: degezondeapotheker.nl

Dit is een van de recepten die gekookt zijn voor de uitzending van Wat schaft de pot? van RTV Drenthe. De uitzending is al geweest, maar gelukkig kun je 'm binnenkort zien via [deze link](#).

Friese woudbonen:

andere namen zijn: Stroobonen, woudboontjes, wâldbeantsjes

Herkomst:

Nederland (Friesland, Friese Wouden, Groningen, Grootegast)



Kenmerken en eigenschappen

Deze geelachtige bonen hebben een plaatselijke betekenis. Voor de liefhebber in Friesland en Groningen is het een lekkernij. De smaak is als bruine bonen maar dan verfijnder. Op de Hobbitstee kweken we de boon in onze eigen moestuin. Na het oogsten worden de planten eerst in de kapschuur opgehangen om te drogen. Na een maand halen we de bonen uit de peul en laten we ze uitgespreid op kranten drogen. Dan zijn ze de hele winter te bewaren.

Ingrediënten:

- 1 Pond bonen (indien geen woudbonen dan een andere boon naar keus)
- wintergroenten (b.v. 1 winterwortel, 1 prei, stuk bloemkool, handje spruitjes, etc.)
- vegetarische worst
- vegetarische bouillon
- 1 ui
- beetje olijfolie

Bereiding:

Week de bonen een nacht van tevoren. Verhit de olie in de pan. Fruit het uitje. Voeg de geweekte bonen toe en kook ze gaar in ongeveer een uur. Haal een schaalje bonen eruit en pureer de rest met een staafmixer. Doe de groenten kleingesneden in de gepureerde soep en kook die gaar in 20 minuten. Doe dan de rest van de bonen erbij en laat nog even doorwarmen. Snijd de vegetarische worst in plakjes, bak ze bruin in een beetje olijfolie en voeg deze als laatste toe.

Nationale natuurwerkdag op de Hobbitstee

Door Maroen de Haan

Past dat? Een hele nationale werkdag op de Hobbitstee? Ja, dat past! Want er zijn nog veel meer buitenplaatsen waar mensen onder begeleiding én met professioneel gereedschap de mogelijkheid hebben om hun tuin- of balkononderhoud te verruilen voor het echte werk.

Het doel van de natuurwerkdag is voor mij duidelijk. Mensen krijgen de mogelijkheid om hun oorsprong weer eens te voelen. De dagelijkse file, de kilometers asfalt, de woning, de werkomgeving, het helpt niet mee om je een te



voelen met daar waar we allemaal vandaan komen. De natuur. Zelfs tijdens de zondagse boswandeling voelen we ons eerder bezoeker dan deelnemer aan die natuur. En dat is anders als je aan de slag gaat tussen de wilgen en berken.

Het natuurwerkmes snijdt aan twee kanten, tegelijkertijd krijgt de plek een knipbeurt. De Hobbitstee is een natuurplek waar we

enerzijds de natuur zo veel mogelijk ruimte willen geven en anderzijds wonen en leven mogelijk maken. En daar hoort snoeien en zagen bij.

Deze keer was de slootkant aan de westzijde van ons terrein aan de beurt (zie foto) . De sloot zorgt voor een trage ontwatering in natte tijden. Er zijn stukken waar water maanden mag blijven staan, maar dat geldt niet voor de grond van de moestuin en de boomgaard. En uit de foto hierboven blijkt wel wat er gebeurt als je de natuur zijn gang laat gaan.

Hoe ziet zo'n dag eruit? Verzamelen om 9.15 uur. Beginnen met de alom bekende Hobbitopening... Het gereedschap wordt uitgedeeld en de werking wordt uitgelegd. Het werk wordt toegelicht en verdeeld. Tot 16.00 uur zijn we aan de slag. Hierbij zijn de koffie-, thee- en eetpauzes belangrijke momenten. Onze bak- en kookploeg is tot indrukwekkende prestaties in staat! Zo lekker, dat we moet oppassen niet te veel te eten omdat we anders voorover de sloot in zullen rollen.



Eenmaal aan de slag, met de voeten in de sloot is het bijzonder om de kracht van de natuur te zien. Wilgentakken zijn plat gewaaid, door mos overdekt, hebben wortel geschoten en zijn vervolgens weer fier de lucht in gegaan. Het doet mij denken aan het vallen en weer op staan wat ik mijn hele leven door tegen kom. De wil om te leven en te groeien toont zich onmiskenbaar als we zo bezig zijn in die sloot. Het klinkt misschien clichématig, maar het zijn dit soort beelden die voor mij de eenheid van mens en natuur tonen. Daardoor brengt het werken in de natuur mij dicht bij mijzelf en mijn oorsprong. Daar geniet ik van.

Zo is zo'n natuurwerkdag inspirerend voor mij, voor de Hobbits, voor de gasten en voor onze buurkoeien (zie foto). En het terrein is enorm opgeknapt! Tot volgend jaar? Nee, hoor. Bij ons hoef je niet te wachten tot november 2009. Wij hebben elke eerste zondag van de maand een werkdag. Op die dag zijn er altijd wel klussen waar landschapsonderhoud een rol speelt.

Dus hopelijk tot 1 februari!

Activiteitenagenda

Elke woensdag is er een gezellige vrijwilligersdag. Wil je meehelpen? Bel Masja Ottenheim op 06-18 18 78 98 of mail naar hobbitnieuws@ddh.nl.

Februari

Zondag 1 februari	9:00 - 16:00	Werkdag Hobbitstee
Maandag 23 februari	19:30 - 21:30	Sangha Hobbitstee
Zaterdag 28 februari	10:00 - 20:00	Zweethutceremonie

Meer informatie? Kijk op de website!

Verstilling - een gedicht

Door Theo Koster

“Als de herfstwind gaat liggen
mist en uren van winter en nacht
de scepter zwaaien
dan is het de
stilte die lacht.

Lach van vertrouwen en warmte,
van “ach”...
van loslaten wat erachter lag
diep ademen
vol verwondering kijken naar het wolkje
maan- en sterrestralen.

De stilte blijft waar ze is
en ik merk
dat van binnen
ze nooit is weggeweest
ze 'is,'
geduldig, wijs,
ik zélf, was degene die
weg was
op zoek, op reis.

Zelfs adem maakt meer geluid,
als ik luister
echt luister
hoor ik haar evenbeeld
al even altijd
al even jong
al even oud
ze glimlacht eveneens,
ze is
het leven zelf
van
verbijsterende eenvoud.”

Hobbittip



Deze keer aandacht voor het werk van Marja Vijn, een van onze zeer gewaardeerde 'vaste vrijwilligers'. Zij geeft regelmatig lezingen en workshops, waarover hier onder meer.

Lezing: 'De lichtkwaliteit van ons voedsel'

De dagen worden weer langer, het licht keert terug. Op woensdagavond 4 maart verzorg ik voor de tweede maal, dit keer samen met een collega-stagiaire, een avond over het licht in onze voeding. We vertellen over het belang van licht in onze voeding en onderzoek op dit terrein, enkele mineralen komen aan bod, de relatie tussen vetzuren en licht wordt besproken en de verschillende landbouwmethodes passeren de revue. Natuurlijk bespreken we ook de mogelijkheden om zelf de lichtkwaliteit van je voeding te verhogen.

Woensdagavond 4 maart van 20.00 tot 22.00 uur, Academie voor Natuurlijke Geneeswijzen te Meppel. De kosten voor deze avond bedragen € 12,50. Graag ontvang ik vooraf je opgave: info@zonopjebord.nl.

Workshop Kindervoeding voor professionals

Een workshop voor ieder die professioneel met kinderen werkt.

Voor veel kinderen van deze tijd is de voeding nauwelijks toereikend om het kind te ondersteunen in de basis. Bij sommige kinderen heeft de voeding zelfs een negatief effect op ontwikkeling en gedrag. Als er iemand in de omgeving van het kind is die hier aandacht voor heeft, kan dit ouders en kind inzicht geven en de mogelijkheid bieden verbeteringen aan te brengen.



Tijdens de workshop reik ik middelen aan om snel zicht te krijgen op de voeding van een kind. Het stellen van enkele vragen en het leren beoordelen van de antwoorden staat hierbij centraal. Ook enkele belangrijke aspecten van voeding voor kinderen worden behandeld. Na afloop van de workshop krijgen deelnemers werkmateriaal mee.

Zaterdag 14 maart van 10.00 tot 13.00 uur, in de Turfzaal van Meppel's Inn (nabij station Meppel). De deelnamekosten zijn € 20,= p.p. Opgave is mogelijk via info@zonopjebord.nl of tel.nr. 06 – 108 96 114. Ook voor meer informatie kun je hier terecht.

Deze nieuwsbrief...

... wordt je ongevraagd toegezonden, omdat je een Hobbit kent of omdat je 'toevallig' in ons adressenbestand staat. Mocht je de nieuwsbrief niet meer willen ontvangen, stuur ons een mailtje, we zullen je adres dan uit de verzendlijst verwijderen.

Weet je iemand anders die het leuk zou vinden deze nieuwsbrief te ontvangen?

Stuur 'm vooral door en vraag diegene zich bij ons aan te melden.

Mocht je de nieuwsbrief per post willen ontvangen, dan kan dit tegen betaling van 5 euro per jaar (voor porto- en materiaalkosten). Ons mailadres is: hobbitnieuws@ddh.nl.