Bosaardbei-crumble to go

Ingrediënten (voor 4 personen)

- bosaardbeien, zoveel als je kunt plukken, of een bakje aardbeien (250gr)
- kneepje citroen
- evt schepje suiker
- vla
- 6-8 biscuitjes (of een ander oud koekje)
- kleine lege glazen potjes van bv kappertjes

Bereidingswijze

- Aardbeien halveren, grote in vieren snijden.
- Mengen met een kneepje citroensap, evt een schepje suiker.
- Stop een lepel van het mengsel in het glazen potje, verkuimel een biscuitje en schep er een flinke lepel vla op. Vul het potje met meerdere lagen tot het vol zit.
- Zet de potjes in een ovenschaal, gevuld met een klein laagje water (da's veiliger voor de glazen potjes, zo worden ze niet te heet) en schuif in een oven van 180C voor 10 minuten.
- Als ze klaar zijn, deksel erop en laten afkoelen (of als je het niet kunt laten, voorzichtig leeglepelen, maar pas op, is heet!)

Ook erg leuk voor een picknick of als lekkernij in de lunchtrommel!

Kweekweetjes

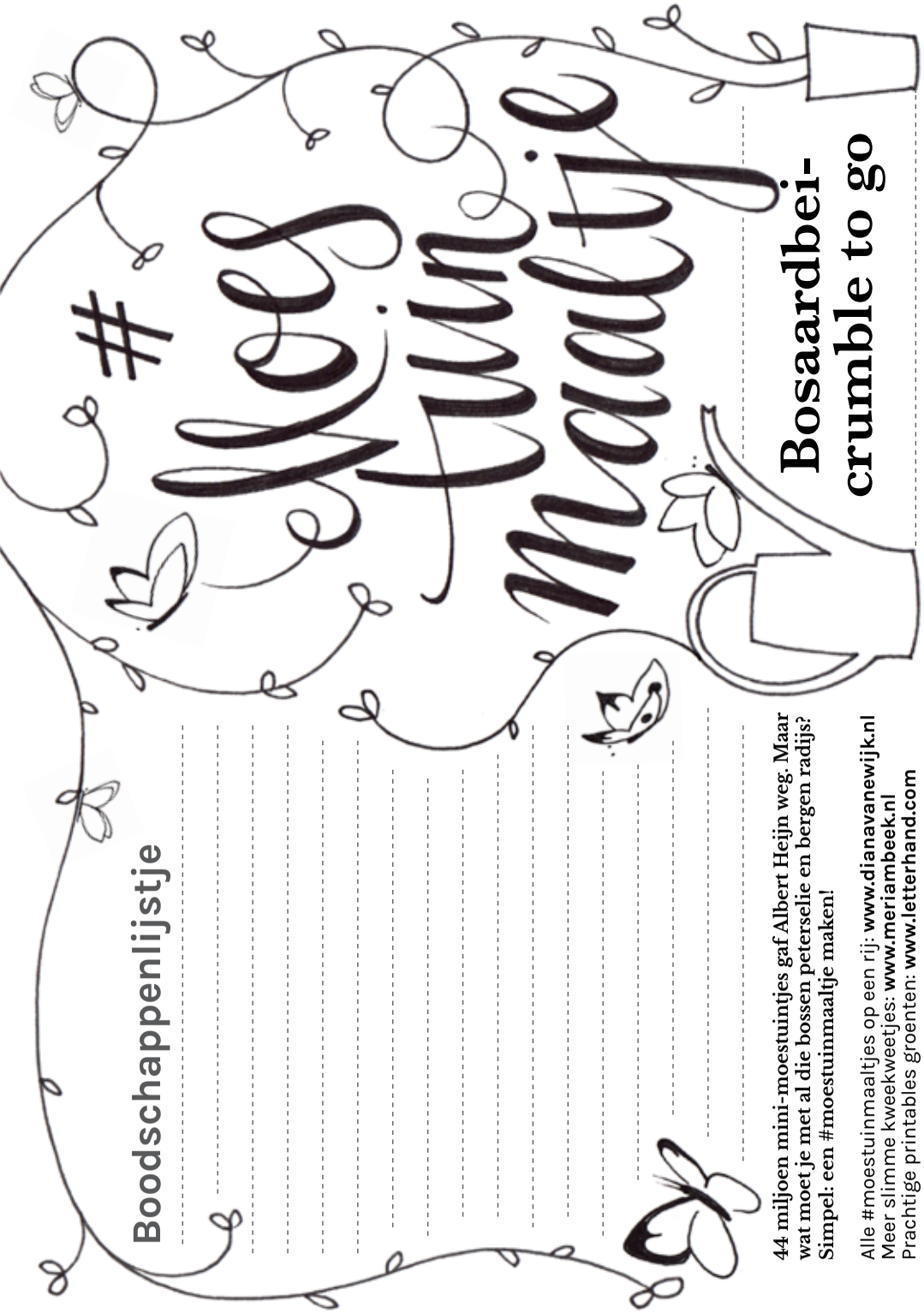
1. wat

Bosaardbei, niet te verwarren met de schijnaardbei, is het kleine zusje van de bekende aardbei.

2. weten

De echte bosaardbei is klein maar fijn, en lekker fris-zoet! Met haar lange stengels, een klein, enkelvoudig kroontje en witte bloemetjes is ze duidelijk anders dan de schijnaardbei (die wel eetbaar is, maar niet lekker!). Zowel het blad als de vrucht hebben een geneeskrachtige werking, goed tegen maag en darmproblemen en thee van aardbeienblad reinigt het bloed.

3. kweken

De bosaardbei laat zich makkelijk zaaien of vermeerderen door het planten van de uitlopers. Voelt zich (de naam zegt het al;-) het meest thuis in een bosachtige, vochtige plek in de half-schaduw.

Knip af, neem het boodschappenlijstje mee naar de winkel en bewaar het recept! Meer #moestuinmaaltjes? Kijk op www.dianavanewijk.nl