



DE PLUKHEYDE

O O G S T T U I N

KORTE KETEN - gezonde groenten eten

De Pluk hijde

- Om elke week al zijn lekkere en gezonde groenten klaar te maken en boven te leggen bij het labo, wel fijn dat mensen hem daarbij helpen.
- sommige groenten ken je nog niet goed net als Suikerbrood, Winterpostelijn en nog veel andere lekkere groenten. Maar eens proeven kan geen kwaad
- ken je de Lekkere aarbitjes ook.
- Boer koen heft het soms heel druk, dus een beetje hulp kan geen kwaad zo als veel mensen bv. Hem helpen op het veld
- En dat helpt boer koen echt, daar is hij heel blij mee
- Al zijn lekkere groenten is voor ons precies en heerlijke lunch
- Met tomaten, wortel, spruitjes spinasie en nog veel lekkere groenten,
- in die goede recepten die hij soms aan mensen geeft.

Alle groenten

- Alle groenten
- Tomaten
- Spinasie
- Spruitjes
- Suikerbrood
- Savooiekool
- Prei
- Bloemkool
- Radijsjes
- Patatjes
- Rode kool



Boer koen

Deplukhyde. be of bij boer koen zelf

0477 66 01 31