

Eettafel *Goed-Gevoed*



Foto 13-januari 2010

Beste eters en geïnteresseerde van de 'eettafel *Goed-Gevoed*

Graag wil ik jullie op de hoogte houden van de ontwikkeling van de eettafel.

Deze week is er, net als de andere donderdagen, gewoon eettafel.

Het menu kunt u vinden op de website www.goed-gevoed.nl

i.v.m. de school vakanties zijn kinderen extra welkom, tot en met tien jaar kost de maaltijd € 7,50.

Wageningse Weelde



Vanaf maart is het mogelijk om de maaltijd met de Wageningen Weelde spaarkaarten te betalen, voor 2 spaarkaarten eet u gezellig mee.

Helpende Handen

Het zelf snijden van de groenten vraagt tijd en het is fijn dat we via Welvada vrijwilligers krijgen die ons hierin helpen. Maar ook voor u is het een mogelijkheid om kookvaardigheden op te doen. Na de maaltijd wordt er afgewassen, gelukkig is er een kleine afwasmachine die de afwas doet, maar dit moet nog wel afgedroogd worden. Wilt u helpen en daarmee een maaltijd bij elkaar sparen, neemt u dan contact op met info@goed-gevoed.nl

Enquête formulieren

Enquête formulieren die na afloop van de maaltijd ingevuld worden, geven een goed beeld wat men van de maaltijd, de prijs, sfeer vindt. Opmerkingen, aanvullingen zijn welkom.

Terug blik

Tien december 2009 hebben zo'n vijftientig mensen meegegeten aan de eerste eettafel. Het was een zeer geslaagde spankelende start. Hieronder kunt u een impressie lezen van Gertude Chardon

Eettafel op donderdag 10 december.

Donderdagavond fietste ik om ongeveer kwart voor zes in de miezerregen naar het wijkcentrum in de Nude. Daar aangekomen werd ik opgewacht door gastvrouw Trudy van Dijk. Ik wierp een blik in de gezellig ingerichte zaal, waar een viertal grote tafels stond; mooi gedekt en sfeervol in kerststemming versierd.

Voor mij zowel bekende als onbekende mensen druppelden binnen en om ongeveer zes uur gingen we aan tafel. Het was leuk om ook met onbekende mensen aan tafel te zitten: al etend maak je makkelijk kennis. Eten is toch een sociaal gebeuren.

Natuurvoedingskundige Jeanette Matser nam het woord en gaf uitleg over haar initiatief om elke donderdag een vegetarische eettafel te verzorgen met biologische producten. Ze vertelde wat ons nu aan eten te wachten stond. Na een tafelspreuk kregen we een heerlijke mosterdsoep geserveerd, gevolgd door het hoofdgerecht bestaande uit groene spelt met een verrukkelijke groentesaus (met broccoli, pastinaak en pompoen), vergezeld door een salade. Als toetje kregen we ijs met een stukje walnotenkoek. Na de afsluiting konden we nog koffie en thee nemen. Heerlijk om zo lekker en gezond te eten voor een schappelijke prijs, in een leuke entourage met verschillende mensen. Ik ga het zeker vaker doen en kan het iedereen aanraden!

Gertrude Chardon

De tweede keer op 17 december sneeuwde het en alles werd 'mooi' wit, maar de wegen werden ook glad. Om 11.00 uur heb ik besloten om de maaltijd niet door te laten gaan. Teleurgestelde mensen aan de telefoon, maar achteraf een goede beslissing.

Vanaf 7 januari is er wekelijks gekookt en zijn er gemiddeld, op een donderdag, tussen de 15 en 35 mensen geweest om de maaltijd met elkaar te nuttigen. Ik ben tevreden over de aantal eters, vooral ook omdat het nogal glad was in de Nude rond het wijkcentrum.

Ik hoop u als (toekomstige)eter binnenkort weer als gast te mogen ontvangen.

Met een smakelijke groet,
Jeanette Matser
Natuurvoedingskundige
06-13368064