



Nieuwsbrief februari 2026

Beste Elise,

In deze nieuwsbrief:

[Over mij](#)

[Winterpostelein](#)

[Hazenpaté](#)

[Worst workshop](#)

Over mij

In 2021 ben ik begonnen met Natuurlijk Marianne naast mijn baan als docent Computeropleidingen. Ik ben toen ook enthousiast aan nieuwsbrieven begonnen maar dat is al snel verwaterd. Dat wil ik, nu ik meer tijd heb, nieuw leven in blazen.

Sinds dit jaar ben ik gedeeltelijk gepensioneerd en heb dus meer tijd voor mijn passies voor eten, koken en de natuur. Daarnaast ben ik toch ook een docent in hart en nieren en wil dat combineren met mijn passie voor eten door workshops te geven.

Vier keer jaar breng ik een nieuwsbrief uit, met de seizoenen mee, over wetenswaardigheden over eten, workshops en natuur.

Ik stuur je deze nieuwsbrief omdat je een cursus bij mij hebt gevolgd of omdat je familie of vriend bent. Wil je de nieuwsbrief niet meer ontvangen, meld je dan af onder aan deze nieuwsbrief.

In deze winter-nieuwsbrief laat ik je zien welk lekker product er nu te vinden is in de natuur.

Winterpostelein



Winterpostelein groeit overal in Nederland, in bossen, langs bosranden, verwilderd langs moestuinen, in tuinen, in parken, in steden en gewoon op het platteland.

Heeft een heerlijke smaak en kan je goed als salade gebruiken. Of wat dacht je van een zelf gemaakte hazenpaté op een bedje van winterpostelein met wat vlierbessen-bramen portgelei geserveerd.

De vlierbessen-bramen portgelei kan je kopen in mijn Minishop aan de Haarweg 20 in Maarsbergen.



Hazenpaté



Klik [hier](#) voor het recept van deze heerlijke hazenpaté met vlierbessen-bramenportgelei.

Worst workshop

Op zaterdagochtend 28 februari geef ik bij Maarn Wijzer een workshop Worst maken. In deze workshop gaan we een verse worst maken met kruiden.

We werken met vlees van bosvarkens van Zuylenstein in Leersum.

Deze varkens lopen heerlijk in het bos rond te rennen en leveren fantastisch vlees. We beginnen met het vermalen van het vlees in een traditionele gehaktmolen. Vervolgens brengen we het op smaak met allerlei kruiden. Je kunt ook eigen kruiden uit de je tuin of natuur gebruiken. Denk dan aan daslook, brandnetel of kruiden uit de tuin zoals selderij, bieslook of combinaties die je zelf kunt verzinnen. Daarna gaan we varkensdarm vullen met het mengsel en maken we er worstjes van.

Klik [hier](#) om je in te schrijven via Maarn Wijzer.

Heb je een eigen groep vrienden/vriendinnen dan kunnen we in overleg een workshop worst of kaas maken organiseren.

Stuur een mail naar info@natuurlijk-marianne.nl of bel me op 06 51587524

www.natuurlijk-marianne.nl

Fijne Winter met veel lekkere en natuurlijke producten!

Wil je de nieuwsbrief niet ontvangen, klik dan [hier](#) om je uit te schrijven.