

(H)EERLIJK LUNCHEN



huisgemaakte soep

TO GO MOGELIJK



SOEP VAN DE DAG met NatuurBrood, vers bereid in ons VersLokaal, **vraag naar VEGAN**

€ 6,95

natuurbrood

TO GO MOGELIJK



DIKKE BOTERHAM NatuurBrood keuze uit: mais - meergranen - koolhydraatarm (+ €0,75)

bieten hummus → notensla - avocado - cherrytomaatjes - walnoten - kiemgroenten

€ 8,75



brie → boerenboter - slamix - walnoten - Voets vijgenchutney - kiemgroenten

€ 8,75

seranno ham → notensla - zongedroogde tomaatjes - pesto mayonaise - kiemgroenten

€ 8,75

gerookte kipfilet → slamix - tomaat - caesar mayonaise - kiemgroenten

€ 8,75

carpaccio → notensla - pesto - pijnboompitten - grano padano kaas - zongedroogde tomaatjes

€ 8,95

BIO BROODJE NatuurBrood keuze uit: wit - meergranen



hummus → gegrilde Italiaanse groenten - slamix - balsamico dressing - kiemgroenten

€ 8,25

heileuwer → boerenkaas - achterham - slamix - tomaat - komkommer - ei - kiemgroenten

€ 8,25

rosbief → notensla - zongedroogde tomaatjes - truffel mayonaise - sesamzaad - kiemgroenten

€ 8,95



eiersalade → BIO eieren - slamix - paprika - komkommer - bosui - (bacon)

€ 8,50

wraps

TO GO MOGELIJK



bieten wrap → hummus - gegrilde groenten - notensla

€ 7,95

bieten wrap → gegrilde kip - tomatensalsa - gemengde sla - garnituur

€ 7,95

wrap → BIO kruidenroomkaas - gerookte zalm - gemengde sla - garnituur

€ 7,95

wrap → BIO kipkerrie salade - gemengde sla - garnituur

€ 7,95

maaltijdsalades

TO GO MOGELIJK



De Buurman → slamix - diverse gegrilde groenten - vegan kipreep - kiemgroenten

€ 8,85

Vispoortenplas → slamix - gerookte forelfilet - dilledressing van Zwolsche aioli - garnituur

€ 8,85

Verslokaal → slamix - gerookte ham - grano padano kaas - kiemgroenten - garnituur

€ 8,85

polderhoen → slamix - bacon - ei - gerookte kip - Zwolsche aioli - kiemgroenten - garnituur

€ 8,85

warme gerechten

NatuurBrood keuze uit: mais - meergranen - koolhydraatarm (+ €0,75)



uitsmijter kaas → 2 sneetjes NatuurBrood - 2 BIO spiegeleieren - garnituur

€ 8,25

uitsmijter Ham / kaas → 2 sneetjes NatuurBrood - 2 BIO spiegeleieren - garnituur

€ 8,25

luxe tosti → pesto - ham - kaas - ketchup - keuze uit: NatuurBrood of wraps

€ 7,75

luxe tosti met pikante kip → ketchup - keuze uit: NatuurBrood of wraps

€ 7,75

meer op de volgende pagina...

smoothies



op basis van Havermelk of Amandelmelk



power smoothie → rauwe amandelen - erwten - proteïne - amandelmelk - avocado - banaan - Mango € 5,75

healthy smoothie → sinaasappelsap - peer - appel - banaan - spinazie - Amazing green - Honing € 5,75

superfood smoothie → plantaardige melk - bosbessen - frambozen - aardbeien - Amazing red € 5,75

zuivel Erve Slendebroek



boeren melk → per glas € 2,45

boeren Karnemelk → per glas € 2,45

boeren kefir → per glas € 2,55

karnedrank framboos → per glas € 2,55

BIO Schulpzappen



BIO sinaasappelsap → per flesje € 2,45

BIO appelsap → per flesje € 2,45

BIO vlierbessen / appel → per flesje € 2,55

ook in andere smaken verkrijgbaar: vraag er naar

Heeft u een allergie? Geef het aan bij uw bestelling zodat wij daar rekening mee kunnen houden.

Maak kennis met deze lokale helden!

DE BUURMAN

DICHTBIJ HET VERST, GOED VOOR IEDEREEN

Een eerlijk en gezond voedselsysteem is ons en hopelijk ook jouw ideaalbeeld. Door samen te werken en samen te bouwen zijn wij in staat de idealen van onze boeren én onze klanten bij elkaar te brengen in de korte voedselketen.

In onze VersLokalen vind je verse producten, veelal van Lokale Helden waar wij vierkant achter staan. We zijn altijd op zoek naar de beste producten en staan altijd open voor nieuwe toevoegingen aan ons assortiment. Hierbij denken wij natuurlijk eerst aan onze Lokale Helden.

Met deze verse producten, duurzame manieren van produceren en een gezond lichaam, hopen wij de bewustwording van gezond eten te vergroten. Énnnnn... het is ook écht veel lekkerder :)

BLIJ BIO EI VAN TUÏNK

De blij kippen van Tuïnk kunnen naar hartenlust scharrelen in de wei, of nemen een lekker stofbad in het zand en hebben zowel binnen als buiten voldoende ruimte. Ze krijgen gevitamineerd water, zodat voedingsstoffen makkelijker opgenomen worden. Daarnaast zorgt het voor een betere doorbloeding en spijsvertering, waardoor het immuunsysteem beter bestand is tegen virussen en bacteriën.

NatuurBrood

Eerlijk, écht & puur

Dit Pure desem brood is een uniek Zeeuws SlowBread zonder onnodige toevoegingen. Alle eerlijke ingrediënten krijgen 24 uur de tijd om hun authentieke smaak af te geven, waardoor er een ware smaaksensatie ontstaat. Proef, voel en geniet!

BOERENKAAS VAN HEILEUVER

Marinus & Joke zijn trotse eigenaren van Boerderij 'De Heileuver'. Zij zorgen ervoor dat hun trots 'Bertha 12' en haar familie vele liters romige melk geven. Dat is de basis voor échte boerenkaas, een rauwmelkse kaas. Zo staan jarenlange ervaring en oude familie recepten borg voor een kaas met een hele bijzondere smaak.

POLDERHOENDERHOF

Op de biologische boerderij Polderhoenderhof in Lelystad scharrelt de Polderhoen op haar gemak haar kostje bij elkaar. Boer Bart Kok koos jaren geleden voor dit van oorsprong Franse kippenras. Het is een langzaam groeiende, sterke kip die in de polder in eigen tempo kan opgroeien en zonder antibiotica gehouden kan worden.