

FEESTEN VAN HET LICHT

SAMHAIN

Wij vieren Samhain! Vier jij graag mee dit Feest van het Licht?
Thuis, in de klas, met familie of vrienden? Wij geven graag
enkele ideeën om aan de slag te gaan rond Samhain.
Veel plezier!

Activiteiten voor Samhain

Maak een lange wandeling in de natuur en kijk naar leven en dood rondom je

Mediteer over hoe je het afgelopen jaar bent gegroeid en veranderd

Versier je huis met pompoenen, foto's van al je voorouders, vleermuisjes, spinnetjes en andere symbolen van Samhain

Maak op 31/10 extra avondmaaltijden en dek de tafel voor overleden geliefden



www.arcadiacoven.be

De allerlekkerste pompoensoep

- 1 biologische pompoen (+/- 1,2 kg)
- 3 el olijfolie
- 1 winterwortel (+/- 250g) geschild en in stukjes
- 2 uien, klein gesneden
- 2-3 teentjes knoflook, klein gesneden
- 2-3 tl garam masala
- 2 laurierblaadjes
- 1 tl komijn
- 1-2 blokjes groentebouillon
- 1/2 rode peper, zeer fijn gesneden
- enkele druppels tabasco
- 125 ml room

- Snijd de pompoen net als een meloen in schijven. Verwijder de zaden en de draderige binnenkant en snijd met een scherp mes de schil eraf.
- Snijd de pompoen in blokjes.
- Verhit de olie in een pan en bak de uien ongeveer 5 minuutjes zachtjes aan (niet bruin laten worden), voeg knoflook, pepertje, komijn en masala toe, bak 2-3 minuten mee op zacht vuur.
- Voeg wortel, pompoen toe en roer goed om. Bak even op hoog vuur mee, voeg laurierblaadjes toe en schenk ongeveer 1 liter groentebouillon in de pan, roer even goed om.
- Breng aan de kook en laat alles 30 minuten gaar worden.
- Verwijder de laurier blaadjes. Pureer de soep en breng op smaak met paar druppels tabasco, voeg peper & zout naar smaak toe.
- Giet de soep in soepkommen en voeg een scheutje room toe
- Serveer met verse croutons
- Smakelijk!

www.arcadiacoven.be

Eten en drinken;

Pompoensoep
Appelcider & appels
Pompoentaart
Noten & kastanjes
Kruidenwijn

Films :

Hocus Pocus
The Adams
Family
Practical Magic
Frankenweenie
Haunted Mansion
Pet Sematary
The Simpsons Halloween Specials

Knutsel en frutsel

Knip silhouetten voor op het raam
Guirlandes knippen
Maak een griezelige voeldoos
Maak een bruisbal met spinnetjes
en vleermuisjes
Hol een pompoen uit

Activiteiten

Verkleed je zo eng mogelijk
Bezoek een spookhuis
Maak lange wandelingen in de natuur
Schrijf een griezelverhaal
Leg bloemen bij een verlaten graf
Brand kaarsjes voor de voorouders

www.arcadiacoven.be