

## Het zzzzzzoemt tijdens de Meimaand Bijmaand

Mei is een bijzondere maand voor de bijen! Veel bijensoorten zijn actief, produceren volop honing en gaan zwermen voor nieuwe generaties. Een mooi moment om stil te staan bij de (wilde) bijen. Ook dit jaar organiseert de Odin imkerij weer allerlei leuke activiteiten, delen we kennis en doen onderzoek naar biodiversiteit op boerderijen. Doe je ook mee?



### Boerderijbezoek

Boerderij De Groote Voort in Lunteren en Hoeve Sonneclær in Fluitenberg zetten tijdens de Meimaand Bijmaand hun (stal)deuren wagenwijd open. Tijdens 2 boerderijbezoeken nemen we je mee in alles wat er groeit en bloeit op de boerderij, kun je natuurlijk honing proeven, onderzoeken we samen de biodiversiteit en natuurlijk ontmoet je de bijen. De boerderijbezoeken zijn gratis en voor jong en oud! Voor de kleine bezoekers is er een bijen speurkaart. Er is inmiddels al 1 boerderijbezoek geweest op 11 mei, maar je kunt je nog opgeven voor 26 mei via [odin.nl/actueel](http://odin.nl/actueel) (of gebruik de QR code onderaan deze pagina)

### Biodiversiteitsonderzoek

Samen met de boeren die aan Odin leveren, werkt de Odin imkerij aan een gezonde omgeving waar insecten, vogels en andere dieren goed kunnen floreren. Daarom hebben we een biodynamische imkerij, met bijenvolken op tientallen (biodynamische) boerderijen. Niet om honing te oogsten, maar voor de natuur. Bijen gedijen namelijk het best in een omgeving met een rijke biodiversiteit. Ze kunnen daar goed gedijen omdat er geen landbouwgif wordt gebruikt. Dankzij donaties kunnen we dit jaar biodiversiteitsonderzoeken uitvoeren op 3 biodynamisch boerderijen: De Stek, Gaos en Thedinghsweert.

### Odin & De Traay

We hebben een jarenlange samenwerking met De Traay en Bee honest cosmetics. Tijdens de Meimaand Bijmaand zijn er meerdere aanbiedingen van De Traay en Bee honest cosmetics. Bovendien doneren zij ook dit jaar weer € 0,10 van ieder verkocht product aan Stichting Odin imkerij. En daarmee kunnen wij onder andere imkers opleiden, informatieavonden organiseren en nog meer onderzoeken doen.

### Word ook Vriend van de Odin Imkerij

Vriend worden van de Odin Imkerij? Met € 2 per maand ondersteun je de biodiversiteit in het landschap en op ons bord en houden we je via onze nieuwsbrief (ca. 4x per jaar) op de hoogte van de activiteiten van de Odin imkerij. Geen vriend maar wel de nieuwsbrief? Schrijf je dan alleen in voor onze nieuwsbrief.



## Rabarberbrood

Bananenbrood: move over! We maken een lokale variant met rabarber uit Limburg. Lekker voedzaam met volkoren speltmeel voor extra vezels, vitamines en mineralen.

### Ingrediënten

- 500 gram verse rabarber
- sap van 1 sinaasappel
- 75 gram rozijnen
- 1,5 theelepel kaneel
- 100 gram havervlokken
- 125 gram volkoren speltmeel
- 125 gram roomboter
- 2 eieren
- 1 theelepel bakpoeder
- Snufje zeezout
- 75 gram walnoten of andere noten

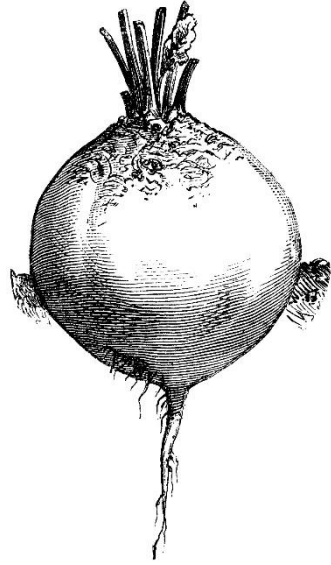


### Bereidingswijze

1. Week de havervlokken eventjes in een kom met water en zet opzij.
2. Maak de rabarber schoon en snijd in grove stukken.
3. Doe deze samen met het sinaasappelsap, rozijnen en kaneel in een pannetje en breng rustig aan de kook op laag vuur, met een deksel op de pan. Roer regelmatig en wacht tot zich een mooie moes vormt. Dit duurt ongeveer 10 minuten.
4. Zorg ervoor dat de rabarber nog wel duidelijke stukken heeft want dat geeft een mooie structuur aan je brood.
5. Verwarm de oven voor op 180 graden.
6. Mix de boter in een keukenmachine tot een romig geheel.
7. Mix de eieren er een voor een doorheen.
8. Doe het meel, bakpoeder en snufje zout bij.
9. Giet de speltkorrels af en mix  $\frac{1}{3}$  heel kort met de 'pulse' stand door het deeg.
10. Doe het deeg in een kom en schep de rabarbercompote erdoor.
11. Zorg ervoor dat het compote goed vermengd is met het brooddeeg.
12. Bestrijk een cakevorm met boter of gebruik bakpapier.
13. Schep het brooddeeg in de cakevorm.
14. Strooi de overgebleven speltkorrels eventueel over de cake.
15. Plaats de cakevorm voor ongeveer 35 minuten in de oven.
16. Haal het brood uit de oven en laat een beetje afkoelen.
17. Haal de cake voorzichtig uit de vorm en laat op een rooster verder afkoelen.

# Bietenrisotto

Smeuïg, vol van smaak, simpel en voedzaam: deze makkelijke bietenrisotto heeft het allemaal.



## Ingrediënten

- 4 bietjes, ongekookt en ongeschild
- 1 ui, gesnipperd
- 2 knoflooktenen, gesnipperd
- 300 g risottorijst
- 750 ml rodebietensap
- 500 ml kokend water
- 2 blokjes groentebouillon
- 2 stengels groenselderij
- 150 g feta
- paar takjes dille

## Bereidingswijze

1. Kook de bieten gaar in ca. 30 minuten, afhankelijk van de grootte. Laat afkoelen en verwijder de schil. Snij in kleine blokjes.
2. Verhit een scheutje olijfolie in de pan. Fruit de ui en knoflook en bak de rijst mee totdat die glazig is.
3. Voeg al roerend scheutje voor scheutje het bietensap toe.
4. Meng het water met de bouillonblokjes en voeg ook dit langzaam toe. Blijf goed roeren.
5. Proef na 20 minuten of de risotto gaar is. De rijst moet zacht zijn, maar toch nog een bite hebben.
6. Voeg de gesnipperde groenselderij toe voor een frisse crunch en breng op smaak met zout en peper.
7. Schep de risotto op borden en bestrooi met de blokjes biet en verkrumelde feta.
8. Maak af met een scheutje extra vergine olijfolie en wat takjes dille.

# Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

*biologische prei*

Peeters Mertens in Neer, Nederland

*biologische courgette*

Hortifervisa in Nijar, Spanje

*biologische rode biet*

Bio Beta in Zeewolde, Nederland

*biologische rode paprika*

xxxx, Nederland

*biologische rabarber*

Bio Brothers in America, Nederland

*biologische bananen*

Horizontes uit Azua de Compostela, Dom. Republiek

*biologische ananas*

Bosque in Guapiles, Costa Rica

...deze en meer inspirerende recepten vind je op [Odin.nl](https://odin.nl)

Week 20