

The background of the cover is a vibrant photograph of fresh produce. In the foreground, there are several bright red tomatoes and a head of purple garlic. Behind them, two clear glass jars are filled with green herbs, likely dill and thyme. To the left, a large bunch of fresh dill with its characteristic feathery leaves and small yellow flowers is prominently displayed. The background is a soft-focus blue wooden fence.

Odin

Over veredeling en zaadvaste rassen

Biodynamisch tomaten telen

Hongerige bijen in de zomer

Zonnige tomatenrecepten van Janneke

Zomer 2015

Deze Zomerspecial is een uitgave van Odin. Odin is onderdeel van Estafette Odin BV, ketenorganisatie voor biologische en biodynamische voeding. De basis voor het bedrijf werd ruim 30 jaar geleden gelegd.

De uitgangspunten van toen zijn nog steeds actueel:

- een gezonde landbouw met respect en zorg voor de aarde;
- een aanbod van kwalitatief hoogwaardige voeding met respect voor de mens en diens gezondheid;
- een gezonde economische praktijk met respect voor mens, grondstoffen en de aarde.

Coöperatie Odin is volledig eigenaar van het bedrijf. De ondernemers werken voor de leden (en andere klanten) en niet voor aandeelhouders of beleggers. Alles is erop gericht om gezonde en gezond geteelde voedingsproducten voor een goede prijs beschikbaar te krijgen en te houden.

Voor meer info: www.cooperatie-odin.nl * Telefoon: 0345-575154 * E-mail: consument@odin.nl

Beste Odin-consument,

Een jaar of twintig geleden ging ik na mijn studie communicatie naar Warmonderhof (opleiding voor BD-landbouw). Ik mocht in het tweede schooljaar beginnen, op voorwaarde dat ik die zomer een paar weken op het praktijkbedrijf meewerkte. Het was een mooie zomer in alle opzichten. Het was heerlijk weer, ik ontmoette nieuwe vrienden en leerde allerlei nieuws. Van koeien melken tot pruimenjam maken. Maar ook tomatenplanten dieven en tomaten plukken in de warme tunnelkas. Als ik nu de sterke geur van rijpe, versgeplukte tomaten ruik, dan komt de herinnering snel weer boven. Zomer en tomaten zijn voor mij sindsdien positief met elkaar verbonden. Ik wens u een mooie zomer met net zulke fijne, onuitwisbare belevenissen...

Merle Koomans,

Hoofd marketing & communicatie Estafette Odin



inhoudsopgave

Over zaadveredeling en zaadvaste rassen 5
In gesprek met Edith Lammerts van Bueren

De smaak staat voorop 9
Hoe teel je tomaten biodynamisch?

Recepten 12
Janneke viert de zomer met zonnige tomatenrecepten

De Odin-imker vertelt 17
Zoveel bloemen en toch honger

Halverwege de Odin Graancirkel 18
Van zaad tot tarwe

Er op uit! 21
Column Koos Bakker

Producten 22
Zomerse geuren en kleuren

Colofon

Redactie: Oscar van den Boezem (Buro Laga), Muriël Bakker, Jorinde Boon, Janneke Meijer (recepten) en Merle Koomans (eindredactie).

Met dank aan: Koos Bakker (Estafette Odin), Edith Lammerts van Bueren, Frank de Koning, Giancarlo Ceci, Jos Willemsse (Odin-imkerij) en Sabine Parmentier (Kunsthal Rotterdam).

Over zaadveredeling en het belang van zaadvaste rassen

In gesprek met prof. Edith Lammerts van Bueren

Veredeling van gewassen wordt al sinds het ontstaan van de landbouw door mensen toegepast. Ging het in eerste instantie om de selectie van zaden door boeren, inmiddels is de zaadveredeling een gigantische business die gedomineerd wordt door multinationals. Wat is zaadveredeling precies en wat heeft dit voor invloed op de biologische landbouw? Om meer te weten te komen, spraken we met Edith Lammerts van Bueren, senior onderzoeker aan het Louis Bolk Instituut en hoogleraar aan de Wageningen University.

Zaadveredeling, wat is dat precies?

“Zaadveredeling is het kruisen van twee rassen, met als doel het creëren van een nieuw ras dat de eigenschappen van die twee combineert. Denk bijvoorbeeld aan het resistent maken van een gewas tegen ziektes”, legt Edith uit, “maar ook aan het verbeteren van de smaak, houdbaarheid en productiviteit. Kruisbestuiving tussen verschillende rassen is een natuurlijk proces, ook in de vrije natuur gebeurt dit. Bij veredeling wordt de natuur een handje geholpen door de planten te selecteren en de bestuiving handmatig te doen.”

“Begin twintigste eeuw begon een aantal Nederlandse tuinders zich steeds meer te specialiseren in zaadteelt en het selecteren van nieuwe rassen”, vervolgt ze. “Zij groeiden uit tot de professionele zaadveredelaars die we tegenwoordig kennen. Nog steeds is Nederland voorloper op dit gebied en komt een groot deel van het wereldwijde zaad bij deze bedrijven vandaan. Echter, door overnames ontstaan er steeds grotere multinationals die steeds meer macht krijgen en de wereldwijde voedselproductie kunnen beïnvloeden. Het belang voor boeren om zaadproductie in eigen beheer te houden wordt steeds groter en er zijn inmiddels diverse initiatieven op dit gebied.”

Waarom wordt veredeling toegepast?

“Een boer kan tijdens het telen van bijvoorbeeld tomaten te maken krijgen met ziektes en plagen. Door een smaakvol tomatenras te kruisen met een ras dat resistent is tegen een bepaalde ziekte, kan men een ras creëren met zowel de goede smaak van de ene ouderplant als de resistentie van de andere. Zo kan er op alle gewenste eigenschappen veredeld worden en ontstaan er verbeterde nieuwe rassen. Speciaal voor de biologische landbouw is er bijvoorbeeld een tomatenras gecreëerd dat veel minder stikstof en dus mest nodig heeft”, vertelt Edith. “Dit draagt bij aan de verduurzaming van de landbouw. Er zijn minder bestrijdingsmiddelen nodig en er wordt efficiënter geteeld”.



Over Edith Lammerts van Bueren

Professor Edith Lammerts van Bueren is als senior onderzoeker betrokken bij het Louis Bolk Instituut en is daarnaast werkzaam als hoogleraar aan de Wageningen University. Vanaf de jaren negentig is zij zich vooral gaan richten op hoe we de kennis van de reguliere veredeling kunnen benutten om een veredeling in gang te zetten die past bij de waarden van de biologische landbouw.

Wat zijn de nadelen van veredeling?

“Het zaad dat ontstaat uit een eerste kruising van twee verschillende planten noemen we hybride (F1) zaad”, legt Edith uit. “Dit zaad zal zich in een volgende generatie uitsplitsen, waardoor er een mix van allerlei eigenschappen van de ouderplanten ontstaat. Dat is voor de teler niet handig. Het hybride zaad is daarom alleen geschikt voor de teelt, maar niet om nieuw zaad van te winnen. Een boer zal dus ieder jaar opnieuw zaad moeten kopen bij de zaadveredelaar om steeds weer een gewas te hebben met uniforme eigenschappen.”

Zijn er ook alternatieven?

“Zeker”, antwoord Edith. “Bijvoorbeeld door als teler te kiezen voor zaadvaste rassen. Maar ook door hybride zaad meerdere generaties uit te selecteren ontstaat er na een aantal jaren weer een zaadvast ras dat stabiel is en nagenoeg identieke planten voortbrengt. Het splitst dan nauwelijks meer uit in volgende generaties.”

Wat zijn de voor- en nadelen van zaadvaste rassen?

“Buiten dat een zaadvast ras gezien wordt als de meest natuurlijke manier van veredelen, zijn er nog meer belangrijke voordelen. Door met zaadvaste rassen te werken, heeft een boer de productie van zaad in eigen hand. Er blijft altijd een beetje variatie mogelijk in een zaadvast ras. Een boer kan dit zelf selecteren en zo tot een ras komen dat uitiem past bij zijn bedrijf. Zo is hij niet meer afhankelijk van grote zaadveredelaars die de prijzen en eigenschappen van het zaad bepalen. Soms zijn zaadvaste rassen wel iets minder productief dan hybride rassen, maar door rassen te selecteren die bijzonder goed van smaak en kwaliteit zijn, is dit nauwelijks relevant”, aldus Edith.

Vraagt de biologische markt om een andere benadering?

“In de jaren negentig realiseerden we ons als biologische sector dat we niet afhankelijk konden blijven van gangbare veredeling en dat we duidelijk onze richting kenbaar moesten maken en sturing moesten geven. Tot die tijd was het veredelen van gewassen uitsluitend gericht op de gangbare landbouw, waarbij vaak heel andere productiemethodes gebruikt worden. Neem bijvoorbeeld gangbare tomaten”, legt Edith uit. “Die worden bijna altijd op water (hydrocultuur) geteeld en niet in de grond. Dit vraagt om heel andere eigenschappen van een plant. Ongemerkt waren veel belangrijke kwaliteiten verloren gegaan die voor de biologische teelt juist van groot belang zijn. Voor de biologische tomatenteelt waren we steeds meer opzoek naar variatie en bijzondere rassen die passen bij een bedrijf waar biodiversiteit centraal staat. Onze focus lag daarbij op smaak en kwaliteit, terwijl de gangbare markt zich vooral richtte op een zo hoog mogelijke productie - wat juist ten koste van de smaak gaat. Inmiddels zijn er gelukkig diverse zaadveredelaars die zich uitsluitend richten op de biologische en biodynamische landbouw.”

“Veredeling van rassen blijft altijd nodig”, besluit ze. “Door klimaatverandering maar ook door veranderingen in de landbouw blijft er steeds weer vraag naar nieuwe rassen. Daarbij richt de moderne veredelaar zich niet meer alleen op productiviteit, maar zoekt hij naar variatie en smaak en kijkt hierbij ook naar geschikte zaadvaste rassen. Omdat steeds meer mensen het belang zien van sterke zaadvaste rassen, lopen er diverse projecten waarbij gezocht wordt naar bruikbare zaadvaste rassen. Het project Divers en Dichtbij van Odin is hier één van.”



Proeftuinen voor zaadvaste rassen

Begin twintigste eeuw begonnen een aantal Nederlandse tuinders zich steeds meer te specialiseren in zaadteelt en het selecteren van nieuwe rassen. Zij groeiden uit tot de professionele zaadveredelaars die we tegenwoordig kennen. Nog steeds is Nederland voorloper op dit gebied en komt een groot deel van het wereldwijde zaad bij deze bedrijven vandaan. Door overnames ontstaan er echter steeds grotere multinationals die steeds meer macht krijgen en de wereldwijde voedselproductie kunnen beïnvloeden.

De interesse van boeren om zaadproductie in eigen beheer te houden, wordt steeds groter en er zijn inmiddels diverse initiatieven op dit gebied. Er lopen verschillende projecten waarbij gezocht wordt naar bruikbare zaadvaste rassen. Het Divers en Dichtbij project van Odin is er hier een van. Dit project heeft ook andere bedrijven in de biologische sector geïnspireerd om naar zaadvaste rassen te zoeken. Zo is Eosta momenteel bezig met een proef waarbij ze een grote variatie zaadvaste tomatenrassen uitproberen.



De smaak staat bij ons altijd voorop

Op bezoek bij tomatenteler Frank de Koning

Het is een zonnige dag als we door het Zuid-Hollandse landschap rijden op weg naar het biodynamische glastuinbouwbedrijf van Frank de Koning. Sinds 1999 teelt Frank biologische kasproducten. Oorspronkelijk is hij begonnen met iets minder dan een hectare kas in het Zuid-Hollandse Tinte, maar inmiddels is het bedrijf verdeeld over vier verschillende locaties met een totaal kasoppervlak van negen hectare. We ontmoeten Frank op het bedrijf in Brielle, waar voornamelijk tomaten maar ook aubergines geteeld worden.

Hoe verliep de omschakeling naar biologisch?

Frank loopt niet graag met de massa mee. In zijn zoektocht naar uitdaging en vernieuwing besloot hij in 1999 over te stappen naar biologische landbouw.

“In die tijd teelden we vooral gangbare trostomaten in een moeilijke markt”, vertelt hij. “Dan hadden we keihard gewerkt en stuurden we een wagen fantastisch mooie producten af en kregen we vervolgens te horen dat de prijzen extreem laag waren.” Mede hierdoor ging hij opzoek naar andere manieren van landbouw en kwam zo terecht bij de biologische teelt. “Dit was toen nog erg kleinschalig en bood dus veel mogelijkheden en uitdagingen.”

De omschakeling naar de biologische teelt betekende ook opnieuw kennismaken met het telen in de grond in plaats van op steenwol. “Op steenwol kun je precies sturen hoeveel water en kunstmest de plant krijgt. Doordat je ieder jaar weer in een volledig schone en ontsmette kas begint met telen, is de kans op plagen en ziektes veel kleiner. Mocht er toch een keer een ziekte voorkomen dan kan dit behandeld worden door het gebruik van diverse bestrijdingsmiddelen. Dit zijn op zich natuurlijk goede omstandigheden om op een zeer efficiënte manier tomaten te produceren”, vervolgt Frank, “maar een hoge productie gaat altijd ten koste van de kwaliteit en smaak van het product”.

Door het telen in de grond word je gedwongen altijd te zoeken naar de optimale balans van de grond, het gewas en de manier van telen. Geen bodem is exact gelijk, dus er bestaat geen vaste manier voor het telen van producten. “De eerste jaren was het dan ook echt een zoektocht naar wat de juiste manier van telen voor ons was”, vertelt Frank. “Met name de teelt van komkommers bracht in eerste instantie veel problemen met zich mee. Maar iedere keer leerden we weer wat bij, waardoor we de bodem steeds beter begonnen te begrijpen. We kregen steeds meer grip op de verschillende ziektes.



Over Frank de Koning

De 51 jarige Frank de Koning groeide op in een tuindersfamilie in Leidschendam. Na het afronden van de hogere tuinbouwschool startte hij in 1989 in het Zuid-Hollandse Tinte zijn eigen bedrijf. Hij begon met de kasteelt van komkommers en tomaten voor de gangbare markt. In 1999 schakelde hij om naar biologisch. Inmiddels teelt hij alleen nog maar biodynamisch. Naast ongeveer veertig verschillende tomatenrassen verbouwt hij in zijn kassen ook twintig rassen paprika, komkommers en aubergines. Een deel van de producten is bestemd voor de export, een deel vind je terug bij de biologische speciaalzaken in Nederland.

Door te experimenteren kwamen we erachter dat teeltwisseling en diversiteit van het gewas het hele systeem versterkt. Zo kwamen we geleidelijk in contact met de biodynamische landbouw en realiseerden we ons meer en meer dat dit onze manier van telen was. Het levert op alle gebieden het beste resultaat”, legt hij uit, “zowel voor de smaak, kwaliteit en houdbaarheid, als het beheersen van ziektes en plagen. Sinds enkele jaren werken we volledig volgens de biodynamische teeltmethode en is het gehele bedrijf Demeter gecertificeerd”.

Welke rassen telen jullie?

“Toen we in 2002 begonnen met de zoektocht naar andere tomatenrassen was het vooral een uitdaging om geschikt zaad te vinden”, vertelt Frank. “De zaadleveranciers bleken nauwelijks variatie in soorten aan te bieden. Bij hobbytuinders vonden we gelukkig voldoende verschillende rassen waarmee we onze test van tweehonderd rassen konden beginnen. De helft van de planten bestond uit de kleinere cherrytomaatachtige rassen en de overige waren de wat grovere tomaten. Met name de kleine rassen bleken geschikt om te vermarkten en hieruit zijn dan ook de bakjes met verschillende kleuren tomaten ontstaan. Inmiddels telen we standaard ongeveer veertig verschillende tomatensoorten”, vervolgt hij, “en nog eens twintig rassen van andere producten zoals wilde komkommers en diverse soorten paprika en aubergine”.

Is er inmiddels meer keuze bij de zaadleveranciers?

“Sinds 2002 is er veel veranderd en is er veel meer variatie aan tomatenrassen beschikbaar bij de zaadleveranciers”, aldus Frank. “De meeste van de tomaten die wij telen zijn hybride rassen, het zaad komt dus bij de zaadveredelaars vandaan. Onder andere door klimaatveranderingen lopen we steeds weer tegen nieuwe ziektes en uitdagingen aan. Of bestaande rassen verliezen hun resistentie tegen bepaalde ziektes. We blijven daarom altijd zoeken naar de beste tomatenrassen. Ook onderzoek naar zaadvaste rassen hoort hierbij. Daarom hebben we er hiervan ook een aantal in onze kas staan.”

Wat verwacht je voor de toekomst?

Gaat het in de gangbare teelt vooral om het behalen van een zo hoog mogelijke opbrengst per vierkante meter, zo niet bij Frank. “Smaak staat voor ons altijd voorop. We kijken naar wat de klant wil en zoeken daarbij altijd naar tomatenrassen met een optimale smaak en kwaliteit. In de toekomst verwachten we niet dat hier verandering in zal komen. Een lekker en gezond product waar wijzelf en de klant blij van worden, daar zal het voor ons altijd om blijven gaan!”



Zaadvaste tomaten uit de vollegrond

Een van de uitdagingen in de zoektocht naar geschikte zaadvaste tomatenrassen is het klimaat. De meeste zaadvaste tomatenrassen groeien namelijk het beste buiten in de vollegrond. Hoewel biologische tomaten in Nederland in de grond geteeld worden, gebeurt dit bijna altijd onder glas, in de kas. Ons klimaat is eigenlijk te koud en te vochtig om tomaten buiten te kunnen telen. In het zuiden van Europa is dit anders. Het warme en droge klimaat is ideaal voor tomatenteelt en het gebruik van zaadvaste rassen komt hier dan ook veel vaker voor. Bijvoorbeeld bij een van onze leveranciers, Agrinatura in Andria, in het zuiden van Italië. Het familiebedrijf wordt al acht generaties gerund door de familie van Giancarlo Ceci, die op dit moment met veel passie het bedrijf leidt. Sinds 2011 bovendien Demeter-gecertificeerd.

“We werken al jaren met zaadvaste tomatenrassen”, vertelt Giancarlo. “De afgelopen vijftien jaar met name met het ras Rio Grande, waar we erg tevreden over zijn. Vooral de smaak is fantastisch. Doordat het Zuid-Italiaanse klimaat warm en droog is, hebben we nauwelijks te maken met ziektes of plagen. Afgelopen jaar regende het in juni meer dan normaal. Daardoor hadden we wat problemen, maar over het algemeen gaat het goed.” Hoewel Rio Grande een zaadvast ras is, koopt Giancarlo het zaad bij een zaadleverancier. Want ook het vermeerderen van zaadvaste zaden is een specialistisch werk. Maar mocht hij dit willen doen, dan is het wel mogelijk om het zaadgoed zelf te produceren.

Korter oogstseizoen buiten

In de Nederlandse kassen kan men van maart tot november tomaten oogsten. Hierna wordt de kas leeggehaald. In januari wordt er opnieuw gepland voor het volgende seizoen. Boeren als Giancarlo die in de vollegrond telen, hebben een veel korter oogstseizoen. “We beginnen in juli met het oogsten van de eerste tomaten en dit loopt door tot september”, vertelt Giancarlo. “Onze tomaten worden vervolgens verwerkt tot tomatenpuree en sauzen die in diverse Europese landen verkocht worden. Onder andere via Odin.”



Koken met Janneke

Janneke Meijer is vaste oproepkracht voor Odin en verzorgt de lunches en maaltijden tijdens bedrijfsbijeenkomsten. De passie voor koken en liefde voor pure producten deed Janneke besluiten een eigen cateringbedrijf te starten: La Comida Buena. Net als tomaten houdt Janneke ook erg van zon en warmte. Het was dan ook niet zo heel moeilijk voor haar om inspiratie te vinden voor een paar zomerse tomatenrecepten. Hopelijk loopt u ook warm voor deze lekkernijen.

Ingrediënten (4 personen)

- 400 g superrijpe tros-, roma-, of andere sappige tomaten
- sap van 1 limoen
- 1 stengel groenselderij in stukjes
- wat druppels worcestersaus
- 100 ml wodka
- versgemalen peper en een flinke snuf kruidenzout
- 10 druppels rode pepersaus zoals tabasco
- wat steeltjes bladselderij

Bereiding

Was de tomaten, verwijder de kroontjes en snijd ze in stukken. Draai in sap-centrifuge of slow juicer tot sap, samen met de groenselderijstengel. Met de blender pureren kan ook en dan nog even door een fijne (roer)zeef. Doe er het limoensap en de worcestersaus bij, roer de wodka, lekker veel peper en wat kruidenzout erdoor en zet in de koelkast tot het echt goed koud is. Schenk dan in de (liefst bevroren) shotglaasjes. Kruid naar smaak met enkele druppels tabasco of rode pepersaus en eventueel nog wat limoensap. Steek een stengeltje selderij in het glaasje en serveer. Voor een Nuchtere Mary (alcoholvrij) voeg je iets meer limoensap aan de tomatensap toe in plaats van de wodka.



Ingrediënten (4 personen)

- 400 g tomaten, gewassen en in kwarten gesneden, zaadjes eruit gehaald
- 150 g boter
- 20 g tomatenpuree
- 200 g (spelt)bloem
- 2 bollen mozzarella, in blokjes
- 6 takjes fijngesneden basilicum
- nog wat bloem voor het paneren
- 2 eieren
- 250 g paneermeel
- olie om in te frituren

Bereiding

Hak de tomaten in een keukenmachine of met het mes heel fijn en laat goed uitlekken in een zeef. Smelt de boter in een pan en voeg de tomatenpuree toe. Voeg in één keer de bloem toe en blijf stevig roeren. Laat een paar minuten garen om een bloemsmak te voorkomen. Voeg de tomatenpulp toe en laat nog even warmen tot het weer pruttelt. Voeg nu de kaas en de basilicum toe. Strijk het mengsel uit op een platte schaal en laat stijf worden in de koelkast. Vorm er dan balletjes van met bebloemde handen. Ik gooi ze in dit stadium nog wel eens eerst in de vriezer, dan zijn ze makkelijker te hanteren. Haal ze vervolgens eerst door wat bloem, dan door de losgeklopte eieren en dan door de paneermeel. Nog een keer paneren is aan te raden, maar dat is een kwestie van uitproberen. Frituur de balletjes op 180°C ongeveer 4 minuten. Eventueel kun je er een sausje van mayo met een lepel pesto bij serveren.



Ingrediënten (4 personen)

- Voor het basilicum-citroenijs
- 20 g verse basilicum, heel fijn gesneden
 - 150 ml water
 - 225 g suiker
 - 150 ml witte wijn
 - 150 ml citroensap
 - 1 eiwit licht stijfgeklopt

Voor de carpaccio

- 4 of 5 coeur de boeuf tomaten, met een vlijmscherp mes in zo dun mogelijke plakjes gesneden.
- 1 doosje aardbeien, gewassen, kroontjes verwijderd en ook in dunne plakjes
- zeezout (vlokken of grofgemalen),
- versgemalen peper
- dressing van 100 ml pittige olijfolie en 30 ml balsamico azijn.
- paar lepels kappertjes
- lichtgeroosterde pijnboompitjes
- wat rucola of waterkers
- stuk Parmezaanse kaas
- nog wat basilicum om te garneren

Bereiding ijs:

Begin met het ijs maken, dit duurt namelijk een paar uur.
Maak een suikerstroop door de suiker in een pannetje met het water aan de kook te brengen en op te lossen. Haal van het vuur en roer de wijn, het citroensap en de basilicum erdoor. Meng er het eiwit luchtig doorheen. Bevries in 3 uur, roer het elk halfuur door of draai er ijs van in een ijsmachine.

Bereiding carpaccio:

Strooi wat zout en peper op vier borden en schenk hierover een straaltje olijfolie. Leg de tomaten hierop en verdeel de aardbeien erover. Besprenkel met de dressing en eventueel nog wat zout en peper. Strooi de kappertjes en pijnboompitjes erover en leg in het midden een pluk sla. Snijd met een dunschiller wat schilfers van de parmezaan en verdeel dit over de tomaten. Leg tot slot een bolletje ijs op de pluk sla en garneer met blaadjes basilicum.

Coeur de Boeuf carpaccio met basilicum-citroenijs

Een snel en mooi voorgerechtje of een lichte lunch. Mocht die hittegolf komen, dan is dit verrukkelijk !

Ingrediënten (4 personen)

- ongeveer 28 wilde tomaatjes (of minder en dan aangevuld met cherrytomaatjes)
- 1 el roomboter
- 1 el olijfolie
- 1 volle el suiker
- 1 el balsamico crème
- 2 teentjes knoflook, gepeld en in plakjes
- wat verse tijm, oregano of rozemarijn
- bladerdeeg 6 plakjes, ontdooid en uitgerold tot een ronde lap ter grootte van de vorm
- stukje (basilicum)feta van zo'n 100 g
- 125 ml crème fraîche

Bereiding

Smelt de boter met de olie, de suiker en de balsamico in een koekenpan en doe de tomaatjes en de knoflook erbij. Laat dit, al voorzichtig roerend met een pollepel even heel licht caraméliseren. Let op: niet laten verbranden! Roer ook de kruiden erdoor. Kieper alles in een ronde vorm van zo'n 20 cm doorsnede of maak er 4 kleine taartjes van, is ook leuk.

Drapeer de bladerdeeglap er overheen, stop de tomaatjes een beetje in. Prik er een paar keer met een vork in. Zet nu zo'n 15 minuten in de oven.

Maak intussen de feta crème, door simpelweg de feta door een zeef te drukken en met de crème fraîche te mengen. Haal het tomatentaartje uit de oven en laat het wat afkoelen. Neem een groot bord of een houten plank. Leg over de bakvorm en keer hier het taartje mee om. Schep de feta crème erop en strooi er tot slot voor het serveren wat verse basilicum over. Lekker met een groene salade met verse kruiden en een lichte vinaigrette. Très bien!

Wilde tomaten tarte tatin met basilicum-feta crème

Zoveel bloemen en toch honger

De Odin-imker vertelt

Hoe gaat het met bijen in de zomer? Hebben ze voldoende te eten? Voor bijen is het belangrijk dat ze ook in deze periode voldoende stuifmeel en nectar kunnen verzamelen. Stuifmeel afkomstig van diverse soorten planten is essentieel voor hun fitheid en ontwikkeling. Zeker met de lange winterzit voor de boeg. Daarvoor moeten ze ook voldoende honingvoorraden aanleggen, zodat ze zich in de winterkou goed warm kunnen houden en in het voorjaar hun opvolgsters, de jonge larfjes, nog goed kunnen voeden.

Schrale zomer

Maar wat blijkt nu? “Op sommige locaties van de Odin-imkerij staan bijenvolken te hongeren in de zomer”, verzucht Odin-imker Jos Willemse. “Dat kan verrassend zijn wanneer je in de zomer zoveel ziet bloeien en de bijen enthousiast ziet vliegen. Schijn bedriegt dus. Al vele malen heb ik waargenomen dat er met name in juli veel jonge bijen in ontwikkeling zijn, maar er eigenlijk te weinig voedsel is om ze fatsoenlijk te voeden. Het bijenvolk past zich hier direct op aan: de koningin stopt met het leggen van eitjes tot er weer nectar binnen wordt gebracht.” De oorzaak van de honger is, dat er te weinig voedsel aanwezig is op met name het (open) platteland. Dus te weinig bloeiende bomen, struiken en planten. Maar ook het weer speelt een rol. Planten en bomen hebben naast warmte ook voldoende vocht in de bodem en de lucht nodig om nectar af te kunnen geven. De wind kan daarbij roet in het eten gooien. Oostenwind betekent in Nederland droge lucht en bijgevolg weinig tot géén nectar.

Laat maaïen en op tijd planten

“In het project Bij Boer Burger kijken we samen met het Louis Bolk Instituut, boeren en BD-imkers hoe we de voedselvoorziening van de bijen (en andere insecten) op de boerderijen kunnen verbeteren”, vertelt de Odin-imker. “U kunt zelf ook helpen door te zorgen voor bloeiende bomen, struiken en planten in uw eigen tuin en als het even kan ook daarbuiten”, vervolgt hij. “Parken, plantsoenen, wegbermen, slootkanten en erven, ze doen er allemaal toe. Let erop dat u niet te vroeg maait of snoeit. En plant en zaai op tijd voor een bloeiend volgend jaar. Wat u nu zaait, oogst u later... Zorg tot slot voor gifvrije (biologische) planten, dat vinden de bijen wel zo fijn. En dat alles is ook nog eens leuk voor onszelf”, besluit Jos, “want al die geurende en kleurige bloemen zijn een enorme aanwinst voor onze zintuigen!”

*Zoekt u meer kennis of inspiratie? Volg het werk van de Odin-imker via www.odin-imkerij.nl.
Kijk op www.drachtplanten.nl of op www.imkerpedia.nl voor goede insectenbloemen.
Bezoek eens een demotuin met veel drachtplanten, zoals www.debijentuin.nl*

Van zaad tot tarwe

Met het inzaaien van driekwart hectare met twee “nieuwe” zomertarwe-soorten heeft biodynamische akkerbouwer Lizelore Vos in Kraggenburg op 19 maart j.l. de Odin Graancirkel geopend. De Odin Graancirkel is een campagne waarmee Odin consumenten de kans wil geven om de weg van het graan op de akker tot brood in de winkels te volgen.

“Er hebben zich inmiddels een paar honderd mensen aangemeld. Deze klanten hebben twee broden vooruit betaalt, waarvan het graan nog op het land moet groeien. Als alles goed gaat eindigt de Odin Graancirkel met het ophalen van de twee voorbestelde broden in een van de deelnemende winkels”, vertelt Merle Koomans van Estafette Odin.

Ze geeft aan dat deze actie het onderdeel is van het Odin Proeftuinenproject voor zaadvaste rassen. “In de zoektocht naar nieuwe tarwerassen die geschikt zijn voor de biologische teelt, zaaide Lizelore vorig jaar al 20 tarwesorten in op haar land. Dit jaar hebben we het proefveld herhaald. Daarnaast heeft Lizelore met twee soorten een groter stuk ingezaaid. Dit zijn de soorten waarvan vorig jaar uit de proef bleek dat dit de grootste kanshebbers zijn op het veld. Het is de bedoeling dat biologische bakkerij Van der Westen hiermee uiteindelijk de broden zal gaan bakken.”

“Via nieuwsbrieven en de Odin Graancirkel facebookpagina kunnen de deelnemers volgen hoe het met het graan gaat”, vertelt Merle. “Zo hebben ze kunnen zien hoe de tarwe in het begin moeite had om op te komen, omdat de bovenlaag van de akker hard was. Maar ook de behoefte aan regen, het schoffelen, onkruid wieden met leerlingen van de Vrije School in Antwerpen, haasjes die een vers graantje meeknabbelen, het onderzaaien van de klaver, een excursie... Het is heel bijzonder om een gewas zo gedetailleerd door het seizoen te volgen”, vervolgt ze. “Begin juli staat een bezoek aan de graanakker bij BD-akkerbouwer Lizelore Vos in Kraggenburg op de planning. Daarna volgt de oogst, vertellen we meer over de maalterij en we gaan de deelnemers uitnodigen voor een bezoek aan de Demeter-bakkerij van Van der Westen.” Merle verwacht dat de deelnemers in oktober de broden op kunnen halen in de winkel. “We zijn dan uiteraard benieuwd of ze het lekker vinden en daarmee is het cirkeltje rond.”

Wilt u de groei van de tarwesorten bij Lizelore volgen? Ga dan naar www.facebook.com/odingraancirkel



Halverwege de Odin Graancirkel

Odin Proeftuinproject voor zaadvaste rassen

Lizelore Vos in Kraggenburg is een van de drie boeren die meedoen aan het Odin Proeftuinenproject voor zaadvaste rassen. Terwijl GAOS in Swifterbant en De Groenen Hof in Esbeek zich helemaal op de zoektocht naar geschikte groenterassen focussen, draait het in het proefveld bij Lizelore om tarwe. Het driejarige Proeftuinen-project is een initiatief van Estafette Odin i.s.m. het Louis Bolk Instituut in Driebergen en drie biodynamische bedrijven. De volgende partners hebben zich inmiddels aangesloten: IONA Stichting, Bingenheimer Saatgut AG, Stichting Zaadgoed en Biologische Bakkerij Ad van der Westen BV. In 2014 is het project gestart en zijn de eerste gewassen en rassen geteeld en beoordeeld op teelteigenschappen, opbrengst en smaak. Kijk voor meer info op www.estafette.org





Er op uit!

Column van Koos

Dat is gek. Wanneer je in november of februari een paar dagen vrij bent of vakantie neemt, ga je er niet op uit. Je gaat er hooguit tussen uit. Maar in de zomer..., dan gaan we er op uit. Er op uit gaan blijkt nader bezien net iets anders als er tussen uit gaan. Ligt dat aan de aangename temperatuur, het zomerse weer, het genieten van verrassend ander landschap en overweldigende natuur? Niet echt. Dat heb je immers ook in andere jaargetijden.

In de zomer zijn we zelf anders en daarom kiezen we net andere woorden. We zijn zomers zorgeloos, ontspannen, ondernemend en vol vertrouwen. We gaan helemaal op in allerlei activiteiten, er zelfs haast in wegdromend en alles vergetend.

Pas in de herfst kom je jezelf weer tegen. De dingen die waren blijven liggen of mochten rusten, worden weer opgepakt. De zomer kan zo alles wat bleef wacht- en of was achtergelaten een nieuwe kleur geven. We kunnen weer met een frisse blik kijken en door een schone bril. We kunnen weer tegen een stootje.

Stel je voor je was een tomaat of aardappel; je roots liggen oorspronkelijk in Zuid Amerika. Of een perzik afkomstig uit Azië. Je trok er op uit en je kwam in Europa (natuurlijk werd je eigenlijk meegenomen). Je paste je aan en voelt je inmiddels helemaal thuis in het Europese of mediterrane klimaat. Iedereen heeft je leren kennen, is met je opgegroeid en vertrouwd geraakt. Je hebt de mensen verwondering gebracht, nieuwe smaakervaringen en daardoor een andere en bredere, ja rijkere kijk op de wereld. Nooit eerder hadden mensen een vrucht leren kennen met zo'n fijne perzikhuid. Hoe rijk en gevarieerd werden de maaltijden en gerechten met de komst van de tomaat. De seizoenen werden rijker en overvloediger. De keuze uit lokaal beschikbare gewassen, van oorsprong inheems of niet, werd ruimer en gevarieerder.

Groenten, kruiden en fruit in al hun variëteiten en diversiteit, soms afkomstig uit zonnige boomgaarden in verre streken, vaak uit ons vlakke polderland. Ze zijn er ooit op uit getrokken en met het komen en gaan van seizoenen onze dagelijkse metgezellen geworden. Ze brengen een soort zomergevoel door alle jaargetijden. Alsof we er zelf op uit trekken. Maar dan in eigen keuken. Dat maakt vitaal en weerbaar. We maken kennis met andere gerechten en nieuwe bereidingen. Die diversiteit en variatie is voor mensen een zegen. Dan kun je weer tegen een stootje. Er op af dus!

Koos Bakker
Directeur Estafette Odin



Zomerse geuren en kleuren

Blauwe luchten, witte stapelwolken, goudgele graanvelden, friscgroene slakroppen en zongerijpte tomaten. De zomer houdt van volle kleuren. En rijke geuren. Zoals die van gemaaid gras, vers geplukte basilicum of de barbecue bij de buren. Op deze pagina vindt u een paar geurige en kleurige producten die hier helemaal bij passen en zich in de zomer dan ook extra lekker laten smaken...



Lekker smeuïg

Deze smaakvolle spread van het Zuid-Duitse bedrijf Bioverde is gemaakt van tomaat, basilicum en kikkererwten. Het mediterrane beleg is heerlijk met brood en toast. Probeer ook eens hun andere originele smaken: paprika knoflook, daslook en pompoen sesam.



demeter

Vruchtenexplosie

De vruchten en wortels voor de natuur-troebele multivruchtsap van Odin zijn direct na de oogst in het land van herkomst verwerkt. De combinatie van biodynamisch fruit en wortels zorgt voor een bijzondere en volle smaak. Heerlijk bij het ontbijt en in combinatie met bruisend bronwater een ideale dorstlessen op een warme zomerdag.



demeter

Ongetemde tomaten

Behalve vrolijke kleurtjes hebben de wilde tomaten een heerlijk volle en zoete smaak. De biodynamische tomaatjes van Frank de Koning zijn een mix van verschillende rassen. Met hun smaakvolle bite zijn ze een mooie aanvulling op vele gerechten en maken ze van je bord een wild feestje.



Knijpen maar

Verrijk gerechten in een handomdraai met deze ambachtelijk bereide curry ketchup in handige knijpfles. De saus is geproduceerd door het familiebedrijf Machandel, dat in het Friese Haulerwijk op milieuvriendelijke wijze biologische en biodynamische conserven en sauzen maakt. De curry ketchup is alleen gezoet met agavesiroop.

demeter

Spaans zomervijntje



Deze rosé is gemaakt van biodynamisch geteelde Bobal en Tempranillo druiven, die 's nachts worden geplukt omdat ze dan bij het verwerken de juiste temperatuur hebben. De wijn van Dominio de Punctum heeft een mooie frambozenrode kleur, een bouquet van rode kersen en smaakt heerlijk bij pasta en vis.

demeter

Buon appetito



Om deze biodynamische pesto rosso zijn typisch mediterrane smaak te geven, heeft de Italiaanse Giancarlo Ceci er zongedroogde tomaten in verwerkt. De combinatie met verse basilicum en extra vergine olijfolie maakt deze pesto compleet. Heerlijk door een zomerse pasta en op een stokbroodje of toast.

Tomatenfabriek in Kunsthal Rotterdam van 19 juni t/m 6 september 2015

Rond 1550 na Christus maakten de eerste tomaten de oversteek van Zuid-Amerika naar Europa. Vervolgens duurde het nog 200 jaar voordat ze in Italië en later ook Frankrijk als lekker werden ontdekt. Tegenwoordig wordt er wereldwijd 150 miljoen ton tomaten per jaar geteeld. Wij Nederlanders eten hier zo'n veertig stuks per persoon van, Italianen gemiddeld zeventig. Maar weet u hoe tomaten groeien of hoe er bijvoorbeeld ketchup van wordt gemaakt? Kunsthal Rotterdam daagt deze zomer jong en oud uit om zelf te ontdekken hoe tomaten groeien en wat u met deze vrucht (of is het toch een groente?) kunt bereiden. In de familietentoonstelling 'Tomatenfabriek' volgt u door middel van een parcours het hele kweek-



proces van zaadje tot plant. Ga op reis met uw eigen tomaat en word tomatenexpert. Onderweg keurt u ketchup, decoreert u tomaten en maakt u van uw oogst Kunsthaltomatensoep. Inclusief een zelf ontworpen verpakking. En u kunt uw smaakpapillen testen bij het proeven van de meest uiteenlopende soorten tomaat. Wilt u ook voor één dag teler, kok en directeur zijn van de 'Tomatenfabriek'? Kijk voor meer info over openingstijden en toegangsprijzen op www.kunsthalthal.nl

'Tomatenfabriek' wordt mede mogelijk gemaakt door Rijk Zwaan, Wageningen UR, Van Leeuwen Van Lignac Stichting, Batist Westland, Harvest House, Looije Tomaten, Kleinstesoepfabriek, Kwekerij Frank van der Burg, Uit Je Eigen Stad, Magis 010

Ingrediënten

- 2 teentjes knoflook
- stukje verse gember van 5 cm, geschild en geraspt
- 2 rode pepertjes, van zaad ontdaan en fijn gehakt
- 250 g tomaten, ontveld en in stukken gehakt
- 50 ml appelciderazijn
- snuf kruidenzout
- 150 g rietsuiker of ander zoetmiddel, maar het moet wel echt een zoet-pittige jam worden.

Bereiding

Ontvel de tomaten door ze even in kokend water te dompelen en snijd ze in stukken. Pureer knoflook, gember, peper en tomatenstukjes met een blender of in een keukenmachine tot een gladde massa.

Doe de puree in een pan en roer er de azijn en de suiker door. Breng aan de kook en laat het dan op laag vuur verder sudderen. Ongeveer een half uurtje of tot hij lekker dik is. Blijf roeren en laat het niet aanbranden (dat gaat opeens snel met die suiker). Haal hem van het vuur en laat iets afkoelen. Giet in schone, gesteriliseerde potjes en sluit die goed af. De jam is lekker op kaaskoekjes op een boterham met oude (Remeker) kaas, op je tosti, bij de bbq, op een gebakken eitje.... Eindeloos veel mogelijkheden dus met zo'n potje.

Tomaten-chili jam

Odin