



De tuinman van Weleda
Herfstrecepten van Janneke
Bijen op het dak

Odin plantdagen

Herfstspecial

Deze herfstspecial is een uitgave van Odin. Odin maakt onderdeel uit 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 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



Aan deze special werkten mee: Merle Koomans (eindredactie), Evelien Meijs (tekst), Janneke Meijer (recepten) en Oscar van den Boezem (Buro Laga). Met dank aan: Koos Bakker (Estafette Odin), Isolde Bal (Weleda), Elena Brugnera (Perlage), Jan Graafland (Weleda), Sabine Parmentier (Kunsthal Rotterdam) en Jos Willemsse (Odin-imkerij).

Overgang

We glijden na prachtige zomerweken steeds meer de herfst in. De komst van een weersomslag met heftige regenbuien maken het spannend voor telers en tuinders. Er staat nog veel op het land en het moet er wel af, liefst met droge voeten. De overgang van seizoen naar seizoen gaat niet zonder slag of stoot. Net als de opvolging van bedrijven. De oprichters en pioniers in de biologische sector zijn vaak familiebedrijven, waar gedurende jaren bodemvruchtbaarheid is bewaard en natuur en biodiversiteit zich konden ontwikkelen. Waar ziel en zaligheid in is gelegd. Sommigen staan wat dat betreft voor grote uitdagingen.

Loslaten

De overgang blijkt een vraagstuk van loslaten en ruimte maken. Hoe pak je dat aan? Privaat eigendom van grond en gebouwen zijn eerder obstakel dan een mogelijkheid. Financiering en afzet zijn niet vanzelfsprekend. Capaciteit en ambitie van beoogde opvolgers kunnen heel ergens anders liggen. Bij opvolging door een volgende generatie gaat vaak het roer om. Er worden nieuwe wegen bewandeld om de voortgang mogelijk te maken. Het oude wordt losgelaten en vernieuwd. In deze uitgave vindt u een geslaagd voorbeeld van opvolging vanuit de wijnbouw, vanouds een traditioneel ambacht dat gedurende vele generaties op familiebedrijven wordt beoefend. De zeven broers Nardi van het Italiaanse wijnhuis Perlage hebben met een verrassende mix van oude kennis, innovatieve inzichten en plezier in het vak hele nieuwe markten gevonden.

Vernieuwen

Wellicht kan de bruidsvlucht van de bijenkoningin ons verder inspireren. Leest u mee in deze uitgave wat de Odin-imker daarover weet te vertellen. Wat we daarvan kunnen leren. Het komt er op aan te vertrouwen op wat komen gaat, de natuur zijn werk laten doen; zijn gang te laten gaan. Wanneer het anders gaat komt het toch goed. Dat beaamt ook Weleda-tuinman Jan Graafland. Met dank aan de vitaliteit en levenskracht. Uiteraard moeten we en kunnen we zelf ook veel doen. Goed observeren, paraat zijn en zorgen voor optimale omstandigheden. Vooruit denken. Bijvoorbeeld krokusbollen planten voor het voorjaar dat komen gaat. Odin is dankbaar voor uw belangstelling en kan zo mogelijkheden creëren voor de ideeën en idealen van jonge mensen en de komende generaties, die hun beroep en talent als biologische boer, tuinder of medewerker in een biologische winkel willen inzetten. Want al het nieuwe verdient een kans.

Een inspirerende herfst gewenst, namens alle medewerkers en telers van Odin, Koos Bakker.



Omkering

“Iedere dag begint met kijken hoe de tuin erbij staat. Zijn de vogels ons niet voor geweest met de sleedoorn-besjes? Hoe vochtig is de bodem? Geeft het bilzekruid al zaad?” Met de schoffel in de hand loopt tuinman Jan Graafland door de Weleda-tuin. Af en toe wijst hij iets aan: het blad van de zonnehoed, de groei van bitterzoet, een verdwaald viooltje. “We naderen de herfst, veel planten zijn al uitgebloeid,” vertelt de biodynamische tuinder. Het najaar betekent niet alleen de oogst van de laatste besjes, maar ook een tijdelijk afscheid van zijn tuin. “Met het verkleuren en vallen van de appels weet ik: het duurt een jaar voor ik ze weer zie. ’s Zomers is deze tuin mijn externe skelet. In de herfst vindt de omkering plaats. Van de warmte buiten moet ik op zoek naar de warmte en diepte in mijzelf. Dat kost soms tijd, maar uiteindelijk vind ik daar wel weer wat.”

Samenhang

De weelderige overvloed aan planten doet de tuin van Weleda op een hedendaagse Hof van Eden lijken. Jan’s rieten hoed en klompen maken het plaatje compleet. Maar hoe ‘wild’ is deze wilde tuin eigenlijk? “Wilde planten telen blijft natuurlijk een paradox”, reageert de tuinder terwijl hij wat aarde los schoffelt. “Onze tuin ontstond niet vanuit een vast teeltplan, maar vooral door heel goed waarnemen. Een plantje geeft zelf aan waar het wil staan. Zo kwam er op een gegeven moment wat bitterzoet tussen het riet bij de compostbak naar boven. Na een tijdje stond het er mee vol. Nu houd ik het bitterzoet voortaan daar. De plant heeft er zelf voor gekozen. We laten de samenhang in onze tuin zoveel mogelijk vanuit de planten zelf ontstaan.” Tachtig procent van de geneesmiddelen die Weleda Nederland produceert, is afkomstig van kruiden uit eigen tuin. Daarnaast verwerkt het bedrijf de kruiden ook in haar lichaamsverzorgingsproducten.

Verwondering

De tuin ziet er nu weliswaar uit als een ideaalplaatje, de opstart was verre van eenvoudig. “Toen we hier begonnen, was er veel onrust en armoede in de bodem. De omgeving staat vol windmolens en elektriciteitskabels. Ook nu blijft het hard werken. Maar voor mij is juist dat biodynamisch: niet parasiteren, maar daar waar je leeft vruchtbare grond creëren.” Jan klinkt als een geboren tuinman. Is dat ook zo? “Ik werkte jarenlang in de financiële wereld. Pas halverwege de dertig besepte ik: dit is het niet, ik hoor buiten. Dus verruilde ik mijn Van Bommels voor houten klompen en verkocht mijn maatpak. Het duurde uiteindelijk nog tien jaar voor ik me echt voelde landen in dit vak.” Hoe beleeft hij zijn werk nu? “Ik vind het prachtig. Geen dag is hetzelfde. Als tuinman surf je op de omstandigheden die de natuur je biedt. Laat gebeuren wat gebeurt. Daar gaat het voor mij om: blijf openstaan voor de verwondering.”

Weleda Nederland heeft in Zoetermeer rond het hoofdgebouw twee hectaren biodynamische kruidentuin voor de teelt van geneeskrachtige planten. www.weleda.nl

Tuinman van Weleda

Interview met Jan Graafland

Weleda ontwikkelt al sinds 1921 producten met uitsluitend natuurlijke ingrediënten. Weleda staat voor biologische teelt, eerlijke handel en milieuvriendelijke productiemethoden. Wereldwijd staat het bedrijf bekend als producent van antroposofische (zelfzorg)geneesmiddelen en natuurlijke lichaamsverzorgingsproducten van de hoogste kwaliteit.

Bijen op het dak

De tentoonstelling Rudolf Steiner – Alchemie van het Alledaagse is t/m 11 januari 2015 te zien in Kunsthall Rotterdam. De Odin-imkerij plaatste ter gelegenheid hiervan i.s.m. Greenpeace twee volken op het dak van de Kunsthall. Volg de bijen via www.kunsthall.nl. Op www.odin-imkerij.nl zal de Odin-imker er regelmatig over vertellen.

Odin-imker Jos Willemse vertelt

Koningin

Jaarlijks sterven er alleen al in Nederland miljarden bijen door ouderdom of doordat ze opgegeten worden door vogels. Dat hoort er gewoon bij en is de natuur, kun je zeggen. Gelukkig kan de koningin van het bijenvolk, de Imme, wekelijks wel 10.000 eitjes leggen om deze massale natuurlijke sterfte op te vangen. Je snapt dat een gezonde, vitale bijenkoningin van wezenlijk belang is voor de Imme. Normaal gesproken kan ze zeker vijf jaar oud worden. Als ze overlijdt of als het bijenvolk inschat dat haar vitaliteit afneemt, dan zorgen ze voor opvolging. In de ‘moderne’ bijenhouderij grijpt de imker in dit natuurlijke proces in, door zelf de koningin te vervangen door een kunstmatig opgekweekte koningin. Vaak niet uit de buurt, meestal zelfs uit het buitenland. Zij kent het bijenvolk en de omgeving niet en is bovendien minder vitaal, omdat ze niet natuurlijk is grootgebracht. De vitaliteit staat nog meer onder druk als gevolg van onder andere de moderne chemische monocultuurlandbouw. Op dit moment vervangen imkers in de Verenigde Staten al ieder halfjaar hun koningin. Gelukkig is het in Europa nog niet zo ernstig als in de USA. Maar dat kan het gemakkelijk worden als we onze inzichten en daden niet veranderen.

Bruidsvlucht

Een van de zaken die verloren gaat bij een te ver doorgevoerde koninginnenteelt, is de ‘gezonde’ bruidsvlucht. Bij de bruidsvlucht verlaat de koningin de bijenkast. Ze vliegt de lucht-lichtruimte in en wordt bevrucht door een dar, waarbij de dar sterft. Na met meerdere darren te hebben gepaard, keert zij terug naar de kast. Vervolgens is zij in staat meer dan een miljoen eitjes te leggen gedurende haar verdere leven. Het is een van de weinige momenten waarin de koningin de kast verlaat en in haar eentje het licht tegemoet vliegt. Door de bevruchting bindt de dar haar weer en ‘kluistert’ haar aan de aarde. Zo kan ze haar verdere leven wijden aan het verzorgen van nieuw leven: het leggen van eitjes, de basis voor het voortbestaan van haar volk. Een inspirerend beeld, nietwaar?

Steiner

Het was Rudolf Steiner die in 1924 al waarschuwde voor de gevolgen van kunstmatige bijenteelt en een te ver doorgevoerde koninginnenteelt. “Ieder mens zou zich voor de bijen moeten interesseren,” zo zei hij, “zó belangrijk is hun taak voor al het leven op aarde.” Aandacht voor de bron van het leven speelt een centrale rol in Steiner’s werk. In de Kunsthall Rotterdam opent op 13 september 2014 een tentoonstelling over zijn leven en werk, waarin te zien is hoe enorm hij zich heeft ingespannen om ons op een nieuwe, liefdevolle manier naar het leven te leren kijken. Twee bijenvolken van de Odin-imkerij sieren sinds de opening het groene dak van de Kunsthall Rotterdam. Zij blijven daar zeker twee jaar staan. Komt u vooral eens een kijkje bij ze nemen!

Kom naar de Odin plantdagen!

Onze bijenvolken maken het goed, mede dankzij u. Inmiddels heeft de Odin-imkerij 36 bijenkasten op verschillende biologische en biodynamische boerderijen, en sinds kort ook op het dak van Kunsthal Rotterdam! Bd-imker Jos Willemse verzorgt de bijen met hulp van boeren en consumenten. Ook dit najaar kunt u weer praktisch voor de Odin-bijen aan de gang. We nodigen u van harte uit om samen met onze imker de handen uit de mouwen te steken. En in de grond, want we gaan bloembolletjes planten! Met uw inzet helpt u onze bijen aan waardevol voedsel in het voorjaar en het is natuurlijk ook nog eens hartstikke gezellig.

Plant u mee?

Zaterdag 27 september &
zondag 28 september

Kunsthal Rotterdam
Westzeedijk 341, Rotterdam
I.c.m. tentoonstelling:
met Odin-imker kijken bij bijen op het dak en
bolletjes planten in Museumpark (3x daags)

Zaterdag 11 oktober

Boerderij De Groote Voort / Remeker
Postweg 110, 6741 ML Lunteren
10:00 - 15:00uur

Zaterdag 18 oktober

Boerderij De Zonneboog
Zeebiesweg 50, 8219 PT Lelystad
10:00 - 15:00uur

Zaterdag 25 oktober

Tuinderij Zonnehorst
Evenboersweg 28, 7715 PH Punthorst (bij Meppel)
10:00 - 15:00uur

Zaterdag 8 november

Fruitbedrijf De Fruitweelde
P. van Westrhenenweg 16, 4031 JP Ingen
10:00 - 15:00uur

Aanmelden boerderijen:

Stuur een mailtje naar consument@odin.nl of bel ons via 0345-575154.
Deelname is gratis. Voor koffie, thee en lunch wordt gezorgd.

Aanmelden Kunsthal Rotterdam:

Aan de kassa bij aankoop van een entreebewijs.

Meer informatie?

Zie www.odin-imkerij.nl

We hopen u op het erf van onze boeren of in Kunsthal Rotterdam te ontmoeten!

Kans maken op een paar
stoere tuinlaarzen?



Geef dan bij aanmelding
ook uw schoenmaat door!

Komt u niet naar de plantdagen
of wilt u graag meer voor bijen
en insecten doen? Met het Odin
Krokusmandje kunt de bolletjes
ook gewoon in eigen tuin of op
het balkon planten. Per verkocht
mandje gaat bovendien € 1,- naar
Stichting Odin-Imkerij. Zie pagina
18 voor meer informatie.





Wijnhuis Perlage

Portret van een sprankelend Italiaans bedrijf

Ontwikkeling

In de glooiende heuvels van Noord-Italië, aan de voet van de Dolomieten, liggen de wijngaarden van Perlage. Het verhaal van het Italiaanse wijnhuis gaat terug tot 1985, als de zeven gebroeders Nardi het bedrijf van hun ouders overnemen. Aangemoedigd door vader en moeder Nardi besluiten de broers de overstap te maken naar biologische landbouw. Als eerste schakelen ze de Riva Moretta om, een wijngaard in het hart van de prosecco-streek. De druivenranken van deze wijngaard leverden de vruchten voor de eerste biologische prosecco van Perlage. “De Riva Moretta was ons eerste product”, vertelt exportmanager Elena Brugnara. “En dertig jaar later maken we deze prosecco nog altijd, met nog steeds de druiven uit onze oudste wijngaard.” Het kleine familiebedrijf ontwikkelt zich uiteindelijk tot een groot producent van biologische en biodynamische wijnen met afnemers van Canada tot Japan.

Innovatie

Sterk verankerd in haar traditie blijft Perlage ook anno 2014 op zoek naar mogelijkheden voor innovatie. Elena: “Als bedrijf houden we ervan om te experimenteren en nieuwe producten te ontwikkelen. Zo hebben we een prosecco zonder toegevoegd sulfiet op de markt gebracht. En laatst hadden we nog een kookcursus voor medewerkers en mensen uit de omgeving om nieuwe smaakcombinaties te ontdekken. Een chef-kok uit deze regio leerde ons speciale gerechten te bereiden die goed samengaan met onze wijnen. Boterkoekjes met chocolade bijvoorbeeld, ontzettend lekker bij onze extra droge prosecco.”

Glimlach

Zo combineert het wijnhuis al drie decennia lang de kwaliteit van de Italiaanse wijntraditie met moderne productiemethoden, passie voor biologische teelt én plezier op de werkvloer. Elena: “Het klinkt misschien raar, maar ik kom naar kantoor met een glimlach. We werken hard, maar er is ook veel tijd voor gezelligheid. Tijdens die kookcursussen bijvoorbeeld. En aankomende november vieren we zoals ieder jaar met alle collega’s het *Festa del Novello* – een traditioneel feest ter gelegenheid van onze primeurwijn Dino Novello Nardi. Ja, we houden er ook erg van om plezier te maken!”

De zeven broers van de familie Nardi begonnen hun wijnhuis Perlage in 1985 met het produceren van biologische prosecco's. Inmiddels levert het Italiaanse bedrijf de lekkerste soorten biologische en biodynamische wijnen. Meer weten? www.perlagewines.com

Koken met Janneke



Pruttelende stoofpotjes, troostrijke soepen en hartverwarmende snacks. De rijke najaarsoogst inspireerde Janneke tot verrukkelijke herfstgerechten en verrassende smaken.

Janneke Meijer is vaste oproepkracht voor Odin en verzorgt de lunches en maaltijden tijdens bedrijfsbijeenkomsten. Daarnaast staat zij regelmatig in de boerderijwinkel van Thedingshoeve. De passie voor koken en liefde voor pure producten deed Janneke besluiten een eigen cateringbedrijf te starten: La Comida Buena. Samen met Henk van der Linden verzorgt ze hiermee biologische buffetten, diners en borrels aan huis.

Aardappel-preisoep met spekjes en gorgonzola

- 6 Bionica aardappelen, geschild en in blokjes
- 2 el boter
- 1 gesnipperde ui
- 2 prei, in ringen
- 2 stengels groenselderij, in stukjes
- 2 tenen knoflook, gehakt
- handje peterselie, gehakt
- 1 el tijmblaadjes
- 1 tl gedroogde rozemarijn
- 1/2 tl gedroogde chilipeper, fijngevreven
- 1/2 l groentebouillon
- 1 flesje bier
- 1 pakje gorgonzola
- 1 bakje spekjes

Voor 4 personen
recept: niet vegetarisch



"Een beetje boerse, simpele soep die heel troostrijk is op een regenachtige dag. Eet hem met warm bruin brood en boter."

Fruit ui, prei en knoflook in de boter tot het glazig is. Doe de aardappel en selderij erbij en bak nog 5 minuten al omscheppend. Strooi peterselie, tijm, rozemarijn en pepervlokjes erover. Roer om. Schenk de bouillon en het biertje erover. Breng aan de kook en zet daarna het vuur laag. Met het deksel op de pan nog een half uurtje laten sudderen. Pureer de soep en proef of er nog iets bij moet. Bak de spekjes krokant en verkruimel de gorgonzola. Doe allebei in een kommetje en serveer bij de soep. Laat voor een vegetarische variant de spekjes weg.

Hippe Fish and Chips

Voor de vis:

- 200 g bloem + een beetje extra voor het bestuiven
- 2 tl bakpoeder
- 1/2 tl paprikapoeder
- 1/2 tl korianderpoeder
- 1/2 tl zeezout
- 1 flesje koud bier
- 3 koppen olie om in te frituren
- 600 gr vis (visroerbakschotel of kabeljauw bijv.)

Voor de frietjes:

- 600 gr Bionica aardappelen, geboend (met schil vind ik lekker, maar je kunt ze ook schillen natuurlijk)
- 4 el olijfolie
- 3 el verse tijmblaadjes
- 50 gr hazelnoten
- 3 el walnoot- of hazelnootolie
- zeezout (vlokken, als je die hebt)

Voor 4 personen
recept: niet vegetarisch



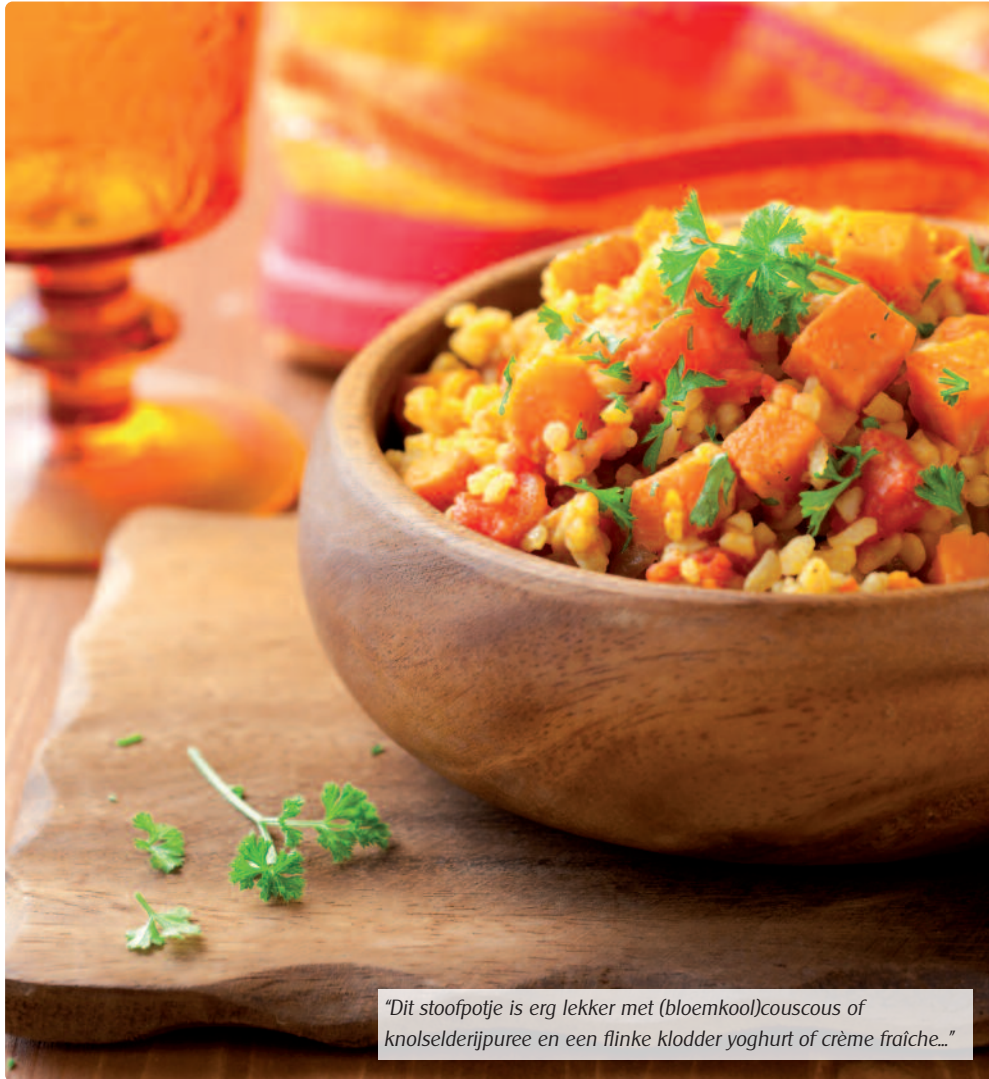
Maak een yoghurt dik beslag van de bloem, bakpoeder, paprikapoeder, koriander, zout en bier. Verhit de olie tot 190°C. Snijd de vis in reepjes of stukjes en haal ze eerst door wat bloem en daarna door het beslag. Frituur de vis in kleine porties in de hete olie. Bak ze goudbruin! Dit duurt ca. 4 minuten. Laat uitlekken op keukenpapier. Zet ze in een matig warme oven totdat alles klaar is om te serveren.

Snijd de aardappelen in 1/2 cm dikke frieten. Spoel het zetmeel eraf onder de kraan en dep ze droog met een theedoek of keukenpapier. Verhit de olie in een koekenpan en bak de frietjes op middelhoog vuur in 20 minuten bruin. Steeds omscheppen om verbranden te voorkomen. Voeg de tijm toe en schep nog een paar keer om. Rooster intussen (beter nog, van tevoren) de hazelnoten in een droge koekenpan goudbruin. Hak ze grof met een stevig mes (voorzichtig!). Schep de frites op een schaal. Druppel er de notenolie over, de noten en bestrooi tot slot met wat zeezout.

Herfststoofpot met lamsworstjes en zwarte bonen

- 350 ml water
- 1 blokje groentebouillon
- 600 g pompoen, geschild, zonder zaden en in blokjes van 1 cm
- olijfolie
- 2 uien, gesnipperd
- lamsmerguezworstjes, in stukjes
- 1 el kaneel
- 1/2 tl gemalen koriander
- snufje gemalen komijn
- 200 g prei, overlangs gehalveerd en in schijfjes gesneden
- 250 gr kastanjechampignons, in partjes gesneden
- 1 rode paprika, zonder zaden en fijngesneden
- klein potje tomatenpuree
- 150 ml rode wijn (Montanar)
- 100 g gedroogde abrikozen, fijngesneden
- 1 blik zwarte bonen (400g, uitgelekt)
- snufje verkruimelde gedroogde chilipeper, naar wens
- peper en zout
- fijngehakte peterselie of verse koriander

Voor 4 personen
recept: niet vegetarisch



"Dit stoofpotje is erg lekker met (bloemkool)couscous of knolselderijpuree en een flinke klodder yoghurt of crème fraîche..."

Breng het water met het bouillonblokje aan de kook tot het blokje opgelost is. Zet opzij. Schil de pompoen, verwijder de zaadlijsten en snijd de pompoen in blokjes van 2 cm. Leg ze op een bakplaat en hussel om met olijfolie. Rooster de pompoen in een hete oven zo'n 40 minuten. Schep af en toe om en haal op tijd uit de oven: de blokjes moeten niet te zacht en te bruin worden.

Fruit de ui in wat olie tot glazig. Doe de worststukjes erbij. Bak ze even bruin. Strooi de specerijen erop, schep de prei en de champies erbij, de paprika en roer door elkaar. Even alles zachtjes al omscheppend bakken. Giet de bouillon en de rode wijn erop. Tomatenpuree erbij. Laat een minuut of 15 stoven. Doe dan de pompoen, de abrikozen en de bonen erbij en de chilipeper. Nog even stoven totdat alle smaken goed door elkaar getrokken zijn. Proef of er nog zout of peper bij moet. Bestrooi voor het serveren met de peterselie of de koriander.

Bloemkool-couscous

- 1 bloemkool
- ghee, kokosolie, boter of andere olie naar keuze
- 1 sjalotje
- 1 teen knoflook
- paar draadjes saffraan

Voor 4 personen
recept: vegetarisch en glutenvrij

Snijd van de bloemkool de roosjes af en snijd het niet taaie deel van de stonk in stukjes.

Maal in een keukenmachine of rasp op een grove rasp de bloemkool tot korrels van rijstformaat. Haal eventueel de grotere stukjes eruit en maal ze nog een keer.

Doe 1 eetlepel olie of boter in een koekenpan en fruit de ui en de knoflook zachtjes glazig met de draadjes saffraan.

Schep de bloemkool erbij en laat die, al omscheppend, iets zacht worden. Eventueel kun je er nog een pietsje water bij doen en dat al omscheppend laten verdampen. Pas op: niet te gaar bakken, dan wordt het puree. Schep op een mooie schaal. Drapeer er een lekkere stoof of tajine overheen, met verse fijngehakte kruiden (koriander, peterselie) erop en geschaafde amandelen of geroosterde pijnboompitten. Of maak een couscoussalade, maar dan glutenvrij. Lekker, hè?



"Dit is echt een briljante vondst: bloemkool in plaats van graan. Glutenvrij en als je minder koolhydraten wilt eten is dit ook een goeie optie. Je kunt er bijvoorbeeld ook nasi mee maken of met een curry serveren."

Flammkuchen met appel, geitenkaas en rode ui

- 250 gr meel (ik gebruik half speltbloem half speltmeel, maar kan ook met een ander meel)
- 125 ml water, niet te koud
- 1 el olijfolie
- flinke snuf zout
- 100 gr verse geitenkaas (rolletje van Lingehof bijvoorbeeld)
- 100 gr crème fraîche
- 1 appel
- 1 rode ui
- 3 el olijfolie
- 2 el honing
- 1tl rozemarijn
- peper
- 1/2 citroen

Voor 4 personen
recept: vegetarisch



"Deze makkelijke Elzasser pizza wordt ook wel tarte flambée genoemd. Het wordt een complete maaltijd met een kop soep vooraf of met een salade ernaast. Ook lekker met dunne schijven pompoen, gorgonzola door de crème fraîche, walnoten en gedroogde cranberries. En dan ahornsiroop in plaats van honing. Jammie!"

Zeef het meel boven een kom en voeg de andere ingrediënten toe. Kneed er een soepel deeg van dat niet meer aan je handen plakt, voeg anders nog wat bloem toe. Vorm een bal van het deeg en laat 10 minuutjes rusten. Verdeel het deeg in 2 porties, verpak het in vershoudfolie en laat het nog een uurtje liggen. Verhit de oven op 220°C. Laat een bakplaat meeverhitten.

Meng 3 eetlepels olijfolie met de honing en de heel fijngehakte rozemarijn. Roer de geitenkaas los met de crème fraîche. Wat peper erover malen en een kneepje citroen. De ui in dunne ringen snijden. De appel in dunne schijven (zonder klokhuis natuurlijk). Leg bakpapier op het aanrecht en rol de deegballetjes erop uit tot rechthoeken. Hoeft niet zo precies, hoor. Besmeer met het geitenkaasmengsel. Leg de appel erop, de uiringen en giet er straaltjes van het oliemengsel over. Leg de kuchen met bakpapier en al op de voorverwarmde bakplaat in de oven. Een minuut of 10 bakken.

Appel-, gorgonzola- en walnoothapjes

- 1 pakje diepvriesbladerdeeg, ontdooid
- 1 el boter
- 2 appels, geschild, ontdaan van klokhuis en in kleine blokjes gesneden
- 50 gr walnoten, in stukjes gehakt
- 100 gr gorgonzola, verkruid
- 2 tl verse tijmblaadjes of 1 tl gedroogde
- 2 el honing
- 1 ei, losgeklopt

Voor ongeveer 20 stuks
recept: vegetarisch



"Lekkere combinatie hoor: appel, gorgonzola en walnoten. Over bijvoorbeeld truffelravioli met mascarpone of door een romige risotto. Ook een groene salade wordt zomaar herfstachtig met dit trio erdoor. Beetje dressing met honing erover en smullen maar! Deze hapjes zijn lekker bij een herfstpicknick of met een glaasje port na een boswandeling."

Verwarm de oven voor op 200 °C. Smelt de boter in een koekenpan en laat bruin worden. Gooi de appelblokjes erin en roerbak ze snel totdat ze iets vocht verliezen. Haal ze van het vuur en doe ze in een zeef om uit te lekken en af te koelen. Meng in een kom de appels, walnoten en gorgonzola, de tijm en de honing door elkaar. Rol het bladerdeeg uit tot een grote rechthoekige lap en snijd er vierkantjes van ongeveer 8 x 8 cm uit (met een pizzasnijder gaat dat het makkelijkst).

Lepel op elk vierkantje een beetje van het mengsel. Vouw de plakjes tot een driehoekje of een buideltje. Bevochtig de randjes met wat van het eimengsel en druk ze goed dicht, de randjes van de driehoekjes met behulp van een vork.

Leg ze op bakpapier op een bakplaat. Zet zo'n 10 minuten in de koelkast.

Kwast de rest van het ei over de flapjes en bak ze in 15-20 minuten goudbruin.

Vier de herfst

September is oogstmaand bij uitstek. Terwijl onze biologische telers hun gewassen van het land halen, kunt u in de keuken aan de slag met verse aardappelen, pompoen en prei. Verrijk uw stoofpot eens met een scheutje bier, plant bloembollen in uw tuin en proost met een glas wijn (of thee) op een prachtige herfst.

Super smaakvol

Zaadvast Rodelika wortels zijn direct na de oogst verwerkt tot dit frisse Odin wortelsap. De pure drank is geschikt voor sapkuren of als tussendoortje. Probeer ook eens als basis voor soepen en sauzen of door een hartige worteltaart.



Herfstwijntje

De zeven broers van de familie Nardi produceren met hun wijnhuis Perlage in de Noord-Italiaanse heuvels de lekkerste wijnen. Deze robijnrode Merlot is fruitig en toch droog. Een harmonieuze wijn, ideaal bij vleesgerechten of een kaasplankje.



Tea time

Kamille, Pepermunt, Verveine, Goedemorgen- en Goedenacht-thee: de losse kruidentheeen van Het Blauwe Huis zijn er voor ieder moment van de dag. De stichting teelt al 35 jaar op biologische wijze aromatische kruiden en specerijen.



Bloempje bijtje

Met dit gezellige bloembollen-mandje van Odin helpt u in de voedselvoorziening voor bijen en insecten. Het mandje bevat veertig krokusbollen en een zakje luzernekorrels ter bemesting. Plant tussen september en december voor prachtige bloemen in het voorjaar.



Eigenwijs bitter

Het Zuid-Limburgse Ur-Pilsner van bierbrouwerij Gulpener is gebrouwen met biologisch geteelde gerst en hop. Het bier heeft een mild kruidige hopsmaak en is eigenwijs bitter. Ook lekker aan tafel, bij kruidige gerechten of stoofpotjes.



Schrale troost

Van droge knieën tot gesprongen lippen, schrale handen of ruwe voeten. Weleda Skin Food voedt alle plekjes op het lichaam die ruw en droog zijn. De natuurlijke crème dringt diep in de huid door. Ideaal voor onstuimig herfstweer!



Steinerweekend in de Kunsthall

Vanaf 13 september is in de Kunsthall Rotterdam de tentoonstelling 'Rudolf Steiner - Alchemie van het Alledaagse' te zien, een groots overzicht van de grondlegger van de antroposofie.

Vrijeschoolonderwijs, organische architectuur, antroposofische geneeskunde, biodynamische landbouw: de ideeën van deze negentiende-eeuwse vernieuwer zijn nog springlevend!

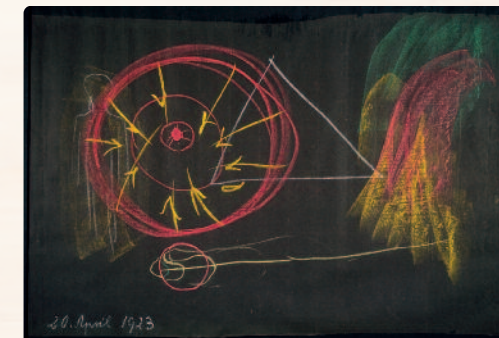
De rijke verzameling van meubels, maquettes, sculpturen, 'blackboard' tekeningen, foto's en films geven een fascinerend inzicht in Steiner's leven, werk en gedachtegoed.

Tijdens het Steinerweekend op 27 en 28 september kunt u meedoen aan workshops, lezingen, minitours en activiteiten over voeding & landbouw, architectuur, dans, sociaal ondernemen en kunst & design. Ga op zaterdag bijvoorbeeld 'De natuur in' met Weleda-tuinder Jan Graafland, volg een kookworkshop, of raak geïnspireerd door de organische architectuur van 24H Architects. Op zondag is het KunsthallFAMILIEdag en kunnen kinderen vormpjes gieten van bijenwas, een geurbuideltje maken met Dr.Hauschka en meedoen met euritmie workshops. Tijdens het weekend kunt u ook bolletjes planten met de Odin-imker in het Museumpark.

Alle activiteiten zijn gratis, alleen een toegangskaartje voor de Kunsthall is nodig. Aanmelden voor activiteiten kan op de dag zelf in de Kunsthall. Kijk voor het programma op www.kunsthall.nl

**KUNST
HALL**

ROTTERDAM



Gevulde chocoladebrokken

Een kop gloeiendhete thee met deze crunchy brokken en een goed boek: laat maar vallen die bladeren.

- 500 gr chocolade (wit, melk of puur)
- 50 gr gedroogde cranberries
- 50 gr amandelen, even geroosterd in een droge koekenpan en in reepjes gehakt
- 50 gr gedroogde vijgen, harde steeltjes verwijderd en in stukjes gesneden
- 50 gr koekjes (biscuitjes bijvoorbeeld), in stukjes gebroken
- 50 gr geraspte kokos, even geroosterd in een droge koekenpan tot goudbruin
- 50 gr marshmallows, in stukjes geknipt

Bekleed een bakplaat of bakvorm met bakpapier. Smelt de chocolade au-bain-marie. Doe de rest van de ingrediënten in een grote kom, schenk de gesmolten chocola erover en roer het even door elkaar. Spreid de massa uit over het bakpapier (met een spatel of een pannenkoekmes) tot een dikke plak. Zet in de koelkast tot het hard geworden is. Breek in stukken of snijd met een (warm) mes in mooie vierkantjes.

Odin

