



Odin

Aardappelhelden

Vloeibaar goud
uit Italië

Bloemenrijk

voor bijen&co

Hartige Herfst Hapjes

Herfstspecial



Colofon

Deze Herfst Special is een uitgave van Odin.
 Odin maakt onderdeel uit van Estafette Odin BV.
 Aan deze special werkten: Ingrid Kerkvliet, Oscar van den Boezem, Koos Bakker en Merle Koomans (eindredactie). Met dank aan: Giancarlo Ceci, Niek en Michiel Vos, Jan Brilleman, David Egelseers en Jos Willemsse, onze Odin-imker.
 Voor meer info www.odin.nl Telefoon: 0345-575154 Email: consument@odin.nl

Najaar

Voor boeren en tuinders is dit een spannende tijd. De oogst moet van het land en het land moet worden klaar gemaakt voor de winter. Gaat dat lukken? Met droge, nevelige dagen en wat zon is het een makkie. Maar het kan net zo goed dagenlang regenen en dan valt alles in het water. Een jaar of vijftien geleden deden bio boeren een oproep onder consumenten om te helpen met de worteloogst. Het was al weken zo nat, er kon geen machine op het land. Alleen nog met de hand kon er worden gerooid. Het was de laatste strohalm, want een groot deel van de oogst dreigde verloren te gaan. Boeren geen inkomen en consumenten geen wortels. De oproep vond weerklank. Een aantal medewerkers van Odin heeft ook meegeholpen. We hebben het er nog wel eens over: het was een onvergetelijke dag met meer dan honderd mensen, jong en oud, uit alle windstreken ploeterend in de bagger in het weidse Friese landschap. Het was nat en guur, maar vooral gezellig en verbroederend.

40.000

Voor imkers en hun bijen is de situatie net zo spannend, maar dan in het voorjaar. Er wordt dan gevlogen op stuifmeel en nectar, juist in het voorjaar een onmisbare bron voor de bijenvolken. Er is een alarmerend tekort aan bloeiende planten voor de oogst van nectar en stuifmeel voor de bijen in Nederland. Het water staat ook wat dat betreft aan de lippen. We doen net als destijds een oproep aan iedereen die hier het belang van inziet. We gaan samen ruim 40.000 bollen planten op de biologisch-dynamische bedrijven waar inmiddels al 19 Odin-bijenkasten met volken staan! In dit nummer kunt u lezen hoe u dit mogelijk kunt maken en wanneer u mee kunt helpen met het planten van de bolletjes.

Toekomst zaaien

Initiatief vindt weerklank, oproep vindt gehoor. De rijke oogst van het najaar is het antwoord van moeder natuur op de boer die het zaaizaad toevertrouwde aan de akkers. Bijen spiegelen iedere ingreep in de wijde omgeving waarin ze leven. Dus ook de positieve veranderingen. Het najaar is kennelijk een goed moment om gezamenlijk in actie te komen voor waarden die we belangrijk vinden. Toekomst is zo niet alleen wat zal zijn. Toekomst wordt dan wat we willen dat er zal komen.

Koos Bakker
 Odin

Veilig de winter in

Aandacht voor de Odin-bijen

Odin-imkerij
www.odin.nl

Wintervoorraad

Een bijenvolk heeft rond de 14 kilo honing nodig om de winter te overleven. Daar zijn heel wat 'vliegueren'

voor nodig en een heleboel nectar en stuifmeel die de bijen omzetten in honing. Dus in plaats van relaxen in het voorjaar en de zomer hebben de bijen topdrukte achter de rug.

Odin-imker Jos Willemse is momenteel bezig om alle Odin-bijenvolken te inspecteren. 'Ik haal de bijenraten uit de kast en tel hoeveel verzegelde cellen er in de raat zitten waarin de honing is opgeslagen. Wanneer blijkt dat de bijen te weinig honing op voorraad hebben, voer ik het volk bij met een mengsel van biologische, geraffineerde rietsuiker en honing. In Nederland is een voorraad van 14 kilo bijna niet haalbaar omdat er te weinig voedsel is voor de bijen. Het bijvoeren, ook wel 'inwinteren' genoemd, is dus noodzakelijk voor een volk om te overleven in de winter.'

Zorg en aandacht

Momenteel zijn er maar liefst 19 Odin-bijenvolken gehuisvest op 4 plekken. Jos vertelt: 'Ik ben zeer te

spreken over de prachtige locaties op de biologisch-dynamische bedrijven waar de kasten staan. En ik ben onder de indruk van de steun en toewijding waarmee de boeren en boerinnen zich over de bijen ontfermen. Ik kan niet in mijn eentje al deze kasten verzorgen, maar samen met hen komt dat dik voor elkaar. En weet je, alles wat we aandacht geven, gedijt goed en dat geldt ook voor bijen. Zij voelen wanneer ze welkom zijn en goede zorg en aandacht krijgen.'

Bloemenrijk voor de bijen

Eén van de redenen waarom de bijen het zwaar hebben, is het beperkte aanbod van drachtplanten. Dit zijn

planten die nectar en stuifmeel leveren, het voedsel voor de bijen en grondstof voor de honing. Om een bijdrage te leveren aan de voedselvoorziening voor onze bijen in het voorjaar, gaat de Odin-imker deze herfst 40.000 bloembolletjes in de grond stoppen op de vier biologisch-dynamische bedrijven waar Odin-bijenkasten staan. Daar hebben we uw hulp bij nodig. Zo willen we u vragen symbolisch bolletjes te kopen en / of mee te komen helpen met het planten ervan. Zowel medewerkers van Odin, de boeren en boerinnen van de BD-bedrijven, als Jos de imker gaan aan de slag en u bent daarbij van harte uitgenodigd. Mooi herfstweer is besteld en Odin zal goed voor u zorgen. Lees verderop in de deze special meer over deze actie of kijk op www.odin-imkerij.nl

Vloeibaar goud

In deze nazomerse dagen nemen wij u mee naar Italië waar al geurend en kleurend de herfst zijn intrede doet, maar waar de temperatuur nog altijd aangenaam is. Giancarlo Ceci runt daar zijn biologische bedrijf Agrinatura, o.a. bekend van de heerlijke olijfolie. Ingegeven door zijn landbouwwerfing én zijn leeftijd heeft Giancarlo nu stappen richting biologisch-dynamisch (BD) werken gezet.

Pure olijfolie

Agrinatura is eigenlijk een landgoed. Op maar liefst 250 hectares groeien olijven, verschillende soorten groenten en druiven voor wijn. Smaakvolle producten en volgens Giancarlo heeft dat alles te maken met de zorg en aandacht waarmee de producten worden geteeld en de fantastisch, rijke grond 250 meter boven zeeniveau in de regio Puglia (bij ons bekend als Apulie). Dit is de 'hak' van de Italiaanse laars; een nog ongerept en onontdekt stukje aan de Adriatische kust. De olijfolie ofwel het vloeibare goud is één van de topproducten van Giancarlo. 'De hele productie van onze olijfolie gebeurt op ons bedrijf, met maximaal respect voor het product', aldus Giancarlo. 'Wij verzorgen de olijfbomen, we oogsten de olijven zelf en verwerken ze vervolgens binnen 24 uur na het plukken in onze eigen olijfmolen. De olie bestaat uit een mix van de soorten Coratina, Leccino en Frantoio olijven. Hoe sneller de olijven worden verwerkt, hoe minder kans op oxidatie. Het bottelen doen we ook op het bedrijf. Het resultaat is een pure olijfolie, fruitig en met een vleugje kruiden. De zon proef je er bijna in terug', zegt Giancarlo lachend.

Logische stap naar BD

Agrinatura is inmiddels al 8 generaties in de familie. Vanaf 1988 wordt er biologisch gewerkt. Nu, ruim 20 jaar later kiest Giancarlo er voor om biologisch-dynamisch te gaan verbouwen. Hij zegt erover: 'Sinds ik de 50 ben gepasseerd, doe ik het iets rustiger aan. Daardoor ben ik minder onderweg en meer op en rond de boerderij. Ik heb nog meer de tijd genomen om de grond te onderzoeken en de ontwikkeling van de producten te volgen. Ik heb al lang ervaren dat een gezonde bodem gezonde groenten en fruit produceert, waardoor ziektes nauwelijks kunnen toeslaan. De BD-principes vragen om nog nauwer samen te werken met de natuur; je gaat nóg meer op zoek naar de balans tussen de mogelijkheden van de natuur en de wensen van de ondernemer. Dat vergt tijd, aandacht, onderzoek, rust en afstemming. Ik vind dat mooi en boeiend en het past in mijn levensfase. Dus eigenlijk is mijn stap naar BD een hele logische', besluit Giancarlo.

Handen uit de mouwen

Giancarlo is momenteel met 50 medewerkers op zijn land aan het werk. In september zijn de druiven geoogst en de groenten gezaaid / geplant voor de wintermaanden. De olijvenoogst gaat binnenkort van start, waar weer mooie olijfolie van geperst wordt. Wij kijken er naar uit.



Giancarlo Ceci: 'De balans tussen de mogelijkheden van de natuur en de wensen van de ondernemer wordt steeds belangrijker'



Tradities met nieuwe inzichten

Agrinatura maakt de slag naar BD

Bewijs geleverd

In Kraggenburg, Noordoostpolder, ligt het bedrijf van Michiel Vos dat hij sinds kort heeft overgenomen van vader Niek. De liefde voor de aardappel zit hen in het bloed. Niek had een duidelijke missie: een aardappel telen die de beruchte Phytophthora-schimmel kan weerstaan. Deze schimmel is de schrik voor alle aardappeltelers. Vooral in natte periodes slaat deze toe en kan zo grote delen van de oogst vernietigen. Aangezien de biologische en biologisch-dynamische boeren geen pesticiden gebruiken kunnen zij niet veel doen wanneer de schimmel 'aan het werk' is. Dus ook hier geldt: voorkomen is beter dan genezen.

Niek heeft zich jaren bezig gehouden met het veredelen van aardappels om uiteindelijk de Bionica te leveren die sterk genoeg is en opgewassen tegen de schimmel. Niek vertelt: 'Bij ons in de Noordoostpolder is net voor de oogsttijd zeer veel regen gevallen en dat maakt het lastig om de aardappels uit de grond te krijgen. Maar het goede nieuws is dat de hele oogst vrij was van de Phytophthora-schimmel. Opnieuw is het bewijs geleverd dat de Bionica de schimmel aan kan en dat stemt ons dik tevreden. We hebben 400 ton Bionica's binnengehaald, een prima opbrengst.'

Wat de boer niet ...

'Dat een aardappelras zo sterk is, is een grote stap voorwaarts in de biologische landbouw', vertelt Niek. 'Succes lijkt verzekerd.

Maar het gezegde 'wat de boer niet kent, dat eet hij niet' gaat ook op voor de meeste consumenten. De Bionica-aardappel is namelijk wit en dat zijn we niet gewend. Odin heeft van het begin af aan toegezegd om de aardappel te promoten onder haar klanten en dat heeft gewerkt. De reacties op de smaaktesten waren positief en dat heeft mij tijdens het 'monnikenwerk' ook weer geholpen!'

Helden van de Smaak 2012

De Week van de Smaak vindt plaats van 29 september t/m 7 oktober en dit jaar staat de

aardappel in de schijnwerpers. Tijdens de Week van de Smaak draait het om seizoens- en streekgebonden voedsel dat duurzaam, diervriendelijk en ambachtelijk geproduceerd is zonder kunstmatige toevoegingen. Met smaak als het verbindende element.

Als erkenning voor hun geduldige veredelingswerk zijn Niek en Michiel Vos in juli uitgeroepen tot de 'Flevolandse Helden van de Smaak'. Daarmee maken zij ook kans om uitgeroepen te worden tot landelijke 'Held van de Smaak 2012'. Bij het ter perse gaan van deze Odin Herfst Special is nog net niet bekend wie de landelijke 'Held van de Smaak 2012' wordt. Nieuwsgierig of Niek en Michiel het zijn geworden? Kijk op de website www.weekvandesmaak.nl voor de uitslag en om kennis te maken met de andere provinciale aardappel-helden.



Aardappels in de hoofdrol

bij smaakhelden Niek en Michiel Vos

Als de natuur zich voorbereid op een ogenschijnlijke winterslaap, worden de boeren een beetje ADHD... Nog snel de laatste snee gras voor het wintervoer voor de koeien binnenhalen, de witte kool naar de zuurkoolmakers brengen, de suikermais naar de conservenfabriek en de aardappels, uien en pompoenen de schuren in. Appels en peren worden geplukt. Wintergranen en groenbemesters worden ingezaaid en wintergroenten als boerenkool, spruiten en prei worden nog een keer geïnspecteerd.

De aarde, de akkers. Ze staan het allemaal gul aan ons af. Het is gegroeid om ons te voeden en te verrijken. En wellicht ook om een appèl te doen op ons besef van dankbaarheid en de impliciete vraag om er zorg voor te dragen dat de natuur en onze akkers gezond blijven om ons te kunnen blijven voeden. Volgend jaar, het jaar daarop en zo voort. Het is niet voor niks dat er elke herfst traditioneel allerlei oogstfeesten worden gevierd. Viert u de seizoenen met ons mee met een paar hartige herfsthapjes?

Herfstgerecht:

Geroosterde Uien

Dit heeft u nodig voor 4-6 stuks

- 2-3 uien
- 1 eetl. balsamico-azijn
- 1 eetl. olijfolie
- peper en zout
- stokbrood
- kruidenboter

Oven voorverwarmen op 180 graden. Uien ongepeld een half tot 1 uur in de oven roosteren. Daarna pellen en in de lengte doorsnijden. De helften uithollen, zodat een soort bakjes van twee uirokken ontstaan. Het binnenste van de uien fijnhakken en mengen met de balsamico en olijfolie en het geheel op smaak brengen met peper en zout. Uirokken vullen met het mengsel en lauw-warm opdienen met stokbrood en kruidenboter.



Ideaal bij een uitgebreide lunch of als voorgerecht van een feestelijk herfstmaal.

Herfstgerecht:

Herfsttoast met champignons

Dit heeft u nodig voor 2 personen:

- 1 bakje champignons
- 2 stengels groenselderij
- 1 rode paprika
- 1 ui
- verse tijm of 1 theel. gedroogde tijm
- zeezout naar smaak
- vers gemalen peper
- roomboter

Champignons schoon wrijven met een keukenpapiertje en in dunne plakjes snijden. Ui op wortelkantje neerzetten en halveren. Beide helften met de lijnen van de ui mee, in smalle partjes snijden. Ui en champignons bakken in boter. Groenselderij in dunne plakjes snijden. Paprika in kleine stukjes snijden. Groenselderij, paprika, tijm, zout en peper toevoegen en even doorwarmen. Lekker op warme toast.

Herfstgerecht:

Pompoenpizza met salie

(voor 2 personen als maaltijd of als hapje voor meerdere personen)

- 15 g verse gist (of 3,5 g gedroogde gist)
- 1 theel. suiker
- ca. 110 ml lauw water
- 200 g bloem (+ 4 eetl. voor bestuiven werkblad)
- snufje zout
- 2 eetl. olijfolie
- 1 ui
- 250 g pompoen
- 100 g salami in dunne plakjes gesneden
- 8 blaadjes salie of ½ theel. gedroogde salie
- ½ potje tomatensaus, ongeveer 200 ml
- 75 g mozzarella
- vers gemalen peper

Lekker als maaltijd met een herfstige salade met kaas, druiven en walnoten of in kleine stukjes als hapje bij een feestelijke borrel.

Begin met de bodem. Verkruiemel de verste gist of los de gistkorrels op volgens de gebruiksaanwijzing op het pakje. Los de gist met de suiker op in een beetje lauw water. Stort de bloem met het zout in een kom en druk in het midden een kuiltje. Giet het gistmengsel en de olijfolie in het kuiltje. Roer met een vork de bloem vanuit het midden door het vocht. Als gist en olijfolie zijn opgenomen door de bloem, meng dan de rest van het water beetje bij beetje door de bloem. Kneed het pizzadeeg nu met de handen verder tot een deegbal. Leg de bal deeg op een met bloem bestoven werkvlak. Kneed het deeg door met de palm van de hand naar voren en naar achteren te duwen. Draai het deeg een slag en rek het opnieuw uit. Na enkele minuten voelt het deeg droger aan. Leg het deeg in een kom, dek deze af met een vochtige theedoek en laat het deeg bijna een uur rijzen. Was ondertussen de pompoen, halveer deze en haal de pitten eruit met een lepel. Snijd de pompoen in stukjes. Ui pellen en klein snijden. Oven voorverwarmen op 220°C. Bakplaat met olie invetten. In een ovenschaal olie, ui, salie en pompoen mengen en in 20 min. zacht laten worden in de oven die aan het opwarmen is. Het deeg uitrollen tot het formaat van de bakplaat en leg de bodem erop. De tomatensaus uitsmeren over de pizza. Salami verdelen over de pizza. Groentemengsel verdelen over de salami. Mozzarella in kleine stukjes snijden en over de pizza verdelen. Verse peper over de pizza malen. Bak de pizza in 15-20 min. krokant.



Vis van Odin: supervers én met MSC-keurmerk



Wist u dat Odin ook vis in het assortiment heeft? Van scholletjes en Alaska-zalm tot haring. De verse en ge-rookte vis van Odin komt van Eurofisch, een groot-handel gerund door 2 sympathieke mannen, Ronald Boersen (zie foto) en Aard Schouten. Met hun jaren-lange ervaring als visser weten ze precies waar zij op moeten letten om de beste kwaliteit vis in te kopen voor Odin. Met het bedrijf aan de visafslag in Den Oever, Noord-Holland, zitten ze boven op de aanvoer en hebben zo goed zicht op de vis die binnenkomt.

De vis die Eurofisch levert, is niet biologisch gekweekt, maar wel duurzaam gevangen en dat kun je zien aan het MSC-keurmerk (Marine Stewardship Council) op het etiket. Dit keurmerk betekent dat de vis op duurzame wijze is gevangen én dat de vis in de hele keten, van visserij tot verkooppunt, is te traceren. Nu weet u zeker dat de visserij niet leidt tot uitputting van de zee en dat er geen schade wordt toegebracht aan het ecosysteem. Kijk voor meer info over de strenge eisen van dit keur-merk op www.msc.org/nl

bloemenrijk voor bijen & co

sponsor 12 bloembollen

met als dank
5 prachtige
bijen-ansichtkaarten



Meer bijenvoedsel

"Eén van de redenen waarom de bijen het zwaar hebben, is het beperkte aanbod van drachtplanten. Dit zijn planten die nectar en stuifmeel leveren, het voedsel voor de bijen en grondstof voor de honing." Aldus Odin-imker Jos. Om een bijdrage aan de bijen-voedselvoorziening in het vroege voorjaar te leveren, wil imker Jos deze herfst 40.000 bloembolletjes planten op de vier biodyna-mische boerderijen waar Odin-bijenkasten staan.

Uw hulp is daarbij gevraagd!

Doe mee en sponsor: 12 bio-bloembollen voor bijen & co voor €2,95. Als dank ontvangt u een unieke bijen-ansichtkaartenset van Odin.

Daarnaast nodigen we u van harte uit om alleen of met familie en vrienden ons een handje te komen help met het planten van de bolletjes tijdens de Odin-plantdagen. Mooi herfstwee is besteld en Odin zal voor lekkere proviand zorgen. Dit zijn de data: 13 oktober: Gaos in Swifterbant / 20 oktober: Vijfprong in Vorden / 27 oktober: Beukenhof in Breda / 3 nov: Thedingshsweert in Tiel.

Tot slot organiseert Odin in november informa-tieve bijenfilmavonden met imker Jos, waarop de bijenfilm "Queen of the sun" zal worden vertoond.

Voor meer info over de Odin-plantdagen en bijen-filmavonden: www.odin-imkerij.nl. Aanmelding via consument@odin.nl of tel. 0345-575154.

Odin

Alsof de tijd even stil staat

Italië is misschien wel bij uitstek zo'n geliefd toeristenland, omdat het het land is van het lekkere eten. Een keuken met een uitmuntend oog voor traditie, ambacht en regionaliteit. Traditie omdat de Italianen niet met zich laten sollen als het om smaak gaat: zo smaakte het en zo zal het blijven smaken! Ambacht omdat kwaliteit van smaak alleen maar tot stand komt als echte vakmensen met respect voor wat de traditie geleerd heeft het voedsel bewerken en bereiden. En regionaliteit omdat Italianen van oudsher weten, dat wat van de burens komt herkenbaarder is dan van 'over de bergen'. Die combinatie geeft fantastische producten, die we bij Odin maar wat graag aan u aanbieden. Maar één ingrediënt maakt het natuurlijk pas echt af. Het wordt pas écht genieten als we er nog iets Italiaans aan toevoegen: tijd. Laat het u maar lekker lang smaken!



**Parco Grande
van Giancarlo Ceci**

Al generaties lang wordt er met zorg en respect voor de natuur en traditie wijn gemaakt op het indrukwekkende landgoed van Giancarlo Ceci in het Zuid-Italiaanse Andria, bij Bari. Sinds 1988 gebeurt dat op biologische wijze. Het mediterrane klimaat, de eikenbossen en de biologische werkwijze dragen bij aan een uitgebalanceerd ecosysteem, dat prachtige producten voortbrengt. Zoals de Parco Grande. Een mooie rode wijn van de druiven Uva di Troia, Montepulciano en Aglianico. Deze druiven geven de wijn haar typische geur van rijp rood fruit en kruidige noten. Deze wijn is geschikt om na aankoop nog verder te laten rijpen. Serveren op 16-18 graden, bijvoorbeeld bij gegrild vlees en hartige groentegerechten.



Elke herfst kijken we weer uit naar de heerlijke geurige Italiaanse muskaatdruiven. En dan vooral de bio-

logisch-dynamische Italia-druiven van de Siciliaanse coöperatie Salamita. Bij deze coöperatie, waar Odin inmiddels al bijna 30 jaar mee samenwerkt, zijn ruim 120 biologische en biologisch-dynamische boeren aangesloten.

Demeter-muskaatdruiven van Salamita

Ze produceren naast de zongerijpte muskaatdruiven ook allerlei andere producten, van citrusfruit tot pasta's, olijfolie, honing en wijnen. De Salamita-druiven worden geteeld in de provincie Agrigento, in het zuiden van Sicilië. Het klimaat zorgt hier weliswaar voor droge grond, maar is erg geschikt voor de druiventeelt. De Italia-muskaatdruiven zijn een kruising van Bicane en Hamburg Muscatel druiven. Deze soort druivenplant draagt een steentje bij om de erosie op Sicilië tegen te gaan, met name door zijn wortelstructuur. De druiven zelf zijn sterk en blijven daardoor goed van kwaliteit tijdens het plukken, sorteren en transport. Maar het belangrijkste voor u is natuurlijk de wat ons betreft buitengewoon lekkere geur en smaak. Ze zijn er weer, dus oordeelt u zelf!

Demeter-olijfolie van Giancarlo Ceci



De biologische extra vergine olijfolie van Agrinatura is bij ons al een echte hit: lekker van smaak en verpakt in een mooie beugelfles of nostalgisch 2-literblik. Inmiddels kunnen we u ook kennis laten maken met de eerste extra vergine olijfolie van Giancarlo Ceci van Demeter-kwaliteit. De olie is direct na de oogst in de olijmolen op het eigen bedrijf geperst uit Coratina-olijven. Na het persen is de olijfolie, zonder te filteren, direct gebotteld. Hierdoor blijven de voedingsstoffen, antioxidanten, vitaminen, vetzuren en mineralen maximaal aanwezig.

Mozzarella di Bufala DOP van Öma

Deze échte mozzarella van 100% biologische buffelmelk en dierlijk stremsel is geproduceerd in de regio Campania in Zuid-Italië. De traditionele buffelmozzarella wordt al eeuwen in delen van Italië gemaakt, met name de regio's Campania en Lazio staan erom bekend. In 1993 kreeg buffelmozzarella een beschermde handelsnaam (DOP). De bolletjes kaas zijn zacht en goed snijdbaar en hebben een speciaal mild en romig aroma.



Odin betreft deze en andere Italiaanse mozzarella's via het bedrijf Ökologische Molkereien Allgäu ofwel ÖMA uit Zuid-Duitsland. ÖMA is in 1985 opgezet door Heide en Hermann Beer en staat voor ambachtelijke bereiding met liefde voor de streekgebonden identiteit en duurzaam ondernemen. Vanaf het begin werkt het bedrijf 100% biologisch en sinds enkele jaren zijn een aantal producten ook biologisch-dynamisch gecertificeerd. Traditioneel wordt buffelmozzarella vaak gegeten met tomaat, verse basilicum en een fijne olijfolie, als insalata caprese dus. Maar de verse kaas is ook lekker op broodjes, pizza's of door pastagerechten.

Demeter-tomatensauzen van Odin

Er zijn maar weinig mensen die niet van 'pasta met rode saus' houden. Met de biologisch-dynamische pastasauzen van Odin gooien we hoge ogen bij groot en klein, want de sauzen smaken naar vakantie, pure ingrediënten en vooral naar meer! De Italianen serveren pasta als voorgerecht maar in Nederland eten we het vooral als hoofdmaaltijd. Met de Odin-tomatensauzen kan dat prima, want ze zitten bomvol gezonde groente, puur en zonder toevoegingen. De tomaten en andere groenten voor de passata's, pastasauzen en tomatenpuree van Odin worden in het noorden van Italië geteeld op het biologisch-dynamische bedrijf Terre di San Giorgio in San Giorgio. Pas als ze heerlijk zongerijpt zijn, worden ze geplukt. Om meteen daarna in de moderne eigen fabriek in de buurt te worden verwerkt. Op deze manier blijft de tijd tussen oogsten en verwerken zo kort mogelijk. De ingrediënten zijn goed, het recept is eenvoudig en het resultaat is heerlijk: pure Demeter-tomatensauzen voor zonnige maaltijden!



Peren met Pit

voor 2 personen

- 2 rijpe peren
- 125 ml slagroom,
- 1 theel. ongeraffineerde suiker
- 1 theel. kaneelpoeder
- 1 eetl. pompoenpitten (uit een zakje)
- 1 eetl. hagelslag of een stukje chocoladereep geraspt

Peren schillen, in reepjes snijden en in schaalpjes verdelen. Slagroom met suiker kloppen en op de peren scheppen. Kaneel over de slagroom strooien. Pompoenpitten in een droge koekenpan kort roosteren op een hoog vuur. Regelmatig roeren. De zaden zullen knappen en springen. De lichtbruine pitten over de toetjes verdelen. Hagelslag of chocoladerasp over de toetjes strooien. Eet smakelijk!

