

Odin-klanten zamelen bijna €38.000 in voor 29 lokale voedselbanken

29 Voedselbanken in Nederland kregen onlangs €37.801 van de Odin-winkel bij hen in de buurt, voor verse biologische groenten en fruit voor hun klanten. Dit is maar liefst €20.000 meer dan vorig jaar, toen deze actie voor het eerst werd gehouden. Het bedrag is tijdens de feestdagen eind vorig jaar gedoneerd door klanten van biologische coöperatie Odin.



Steun voor lokale Voedselbanken

"Wat een feestje van geef-geluk!" zegt Mynthe de Jong, bedrijfsleider van Odin-Leeuwarden. Haar klanten doneerden €2.082 aan Voedselbank Leeuwarden. "Zoveel klanten zeiden 'wat een mooie actie, daar doen we graag aan mee.' En dat hebben ze ook echt gedaan. Dankzij alle enthousiaste reacties en fijne donaties konden we de lokale voedselbanken goed ondersteunen. Hun dankbaarheid was enorm. Deze actie past ook goed bij Odin, want wij geloven dat biologisch eten beschikbaar moet zijn voor iedereen."

Wendy Visscher, Regiomanager van Odin: "Het was een dankbaar moment om namens de klanten van Odin zulke mooie bedragen te kunnen overhandigen."

Verse biologische groenten en fruit

De meeste producten die voedselbanken ontvangen voor hun klanten zijn droogwaren. Odin vindt het belangrijk dat klanten van de voedselbanken ook verse biologische groenten en fruit kunnen eten. De voedselbanken kunnen voor het aan hen gedoneerde bedrag zelf producten halen in hun lokale Odin-winkel. Iedere voedselbank kreeg bij de overhandiging van een cheque met het gedoneerde bedrag ook twee kratten appels van de winkel cadeau.

Lees het hele artikel op [Odin.nl/nieuws](https://odin.nl/nieuws) of scan de QR-code.



Siciliaanse amandelkoekjes

Makkelijk recept voor deze glutenvrije koekjes, die een beetje aan de bekende amandelkoekjes van Salamita doen denken. Een Siciliaans recept dus. Lekker chewy koekjes die lang goed blijven.

Je kunt het deeg ook in een spuitzak met een grof gekarteld spuitmondje stoppen en er rozetjes of langwerpige koekjes van spuiten.



Ingrediënten

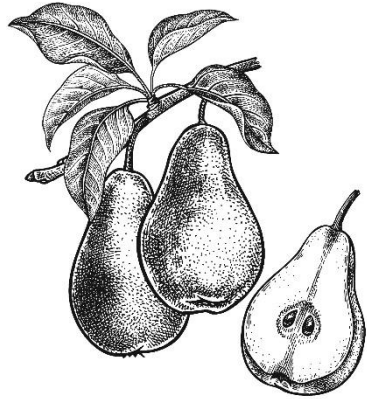
- 200 g amandelmeel
- 100 g riet- of kristalsuiker
- 2 eiwitten (60 g)
- rasp van 1 sinaasappel
- 1 el (sinaasappel)bloesemhoning
- een snuf zout
- beetje poedersuiker
- ongeveer 20 amandelen of pistachenoten

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 150 °C en bekleed de bakplaat met bakpapier.
2. Meng het amandelmeel met de suiker, het eiwit, de honing, sinaasappelrasp en het zout en kneed tot een samenhangend deegje. Doe in een spuitzak en spuit er mooie toefjes van of vorm balletjes die je een beetje platdrukt.
3. Doe wat poedersuiker in een zeefje en bestrooi de toefjes ermee.
4. Leg ze op de bakplaat. Druk er een amandel of enkele pistachenootjes in of wat amandelschaafsel.
5. Bak de koekjes in 15 minuten gaar en laat afkoelen op een rooster.
6. Lekker bij thee met een schijf sinaasappel en een anijsster erin.

Ontbijtbowl met quinoa, fruit en notenpasta

Move over boterham notenpasta, overnights oats of smoothie: dit is een verrassend lekker en voedzaam alternatief met veel vezels en proteïne. Ideaal om je dag mee te beginnen dus!



Ingrediënten voor 2 personen

- 1 peer
- 1 tl kaneel
- 90 gram quinoa
- 300 ml water
- 200 ml amandel-, soja of haverdrink
- 4 tl agavesiroop
- 1 banaan
- 1 appel
- 2 el pistachepasta of chocoladepasta
- andere toppings: Krunchy (granola), geraspte kokos, amandelschaafsel, plantaardige yoghurt, stukjes chocola

Bereidingswijze

1. Snij de peer in stukjes.
2. Doe de stukjes peer, kaneel, quinoa, water en sojadrink in een pan, breng aan de kook en laat het op laag vuur ongeveer 20 minuten pruttelen. Roer af en toe.
3. Verdeel de peer-kaneelquinoa over 2 grote lage kommen. Decoreer ze feestelijk met verschillende toppings: schijfjes appel of sinaasappel, stukjes banaan, geraspte kokos, geroosterd amandelschaafsel, chocola en een lekkere volle lepel noten- of chocoladepasta.

Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine fruittas:

biologische Maribelle appels

De Elshof in Dronten, Nederland

biodynamische tarocco sinaasappels

Coop. Soc. Salamita, div telers op Sicilië, Italië

biologische bananen

Latbio in Machala, Ecuador

biodynamische conference peren

Boomgaard ter Linde in Oostkapelle, Nederland

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

Week 10