



Ruimzicht Bijendag

Op 20 maart zet Boerderij Ruimzicht in Halle een bijzondere stap voor de natuur. Bijen doen ongelooflijk belangrijk werk: ze bestuiven bloemen, bomen en gewassen en vormen daarmee een onmisbare schakel in biodiversiteit en voedselvoorziening. Maar het gaat niet zo goed met de bijen. Hun leefomgeving staat onder druk en bijenvolken hebben het op veel plekken moeilijk. De bij verdient daarom extra ondersteuning. Niet om zoveel mogelijk honing te oogsten, maar juist om haar natuurlijke werk te kunnen blijven doen: er zijn voor de natuur. Daarom wordt op Ruimzicht een huis gemaakt voor de bij.

Een grote eikenhouten stam van drie meter hoog en zeventig centimeter dik wordt deze week geprepareerd als toekomstige woonplek voor een bijenvolk. Ruimzicht kiest bewust voor een zo natuurlijk mogelijke manier van bijenhouden. Geen standaard kast, maar een echte boom als woonplek. Voor het prepareren van de boom komt Odin-imker Bas Strijker naar Ruimzicht. Hij maakt de boom deze dag klaar voor de bijen en vertelt daarbij uitgebreid over de bij: hun leven en werk, de rol van bijen in biodiversiteit, het belang van bestuiving en hoe je bijen op een natuurlijke manier kunt houden.

Het programma loopt van 10.00 tot 18.30 uur. Gedurende de dag is er alle ruimte om vragen te stellen en in gesprek te gaan. Er is een lekker hapje en een drankje aanwezig. De winkel is de hele dag geopend en ook de dieren op het erf laten zich graag even bekijken.

Het wordt een ontspannen en inspirerende dag om je onder te dompelen in natuur, biodiversiteit en het wonderlijke leven van de bij.

Avondprogramma: natuurlijk bijenhouden

In de avond krijgt de dag een verdiepend vervolg. De boom staat dan op zijn definitieve plek. In een presentatie neemt Bas Strijker ons mee in de achtergrond van deze manier van bijenhouden. Hij vertelt over het natuurlijke gedrag van bijen, over het verschil tussen gangbare bijenkasten en boomwoningen, en over wat dit betekent voor de gezondheid van het volk, over wat de bij blij maakt en wat we kunnen doen om het leven van de bij een beetje makkelijker te maken.

Het avondprogramma start om 19.30 uur en duurt tot 21.00 uur. Er wordt een bijdrage gevraagd van 5 euro per persoon (kopje koffie of thee inbegrepen). Voor het avondprogramma kun je je aanmelden via de link in het artikel op Odin.nl (scan de QR code). Met de bijdrage van € 5,- per persoon kunnen we de boom bekostigen. Doe je mee in de avond, dan draag je dus ook direct bij aan de bijenboom.



Kombucha-citrusdrank met groene kruiden

Kombucha powerrrr. Een echte opkikker, dit citrus-kombucha drankje met kruidig accent. Een heerlijk detox-drankje. Zinderende citrus, gember, tijm en rozemarijn afgetopt met een peperkick.



Ingrediënten

- 500 ml sinaasappelsap
- 250 ml kombucha (eventueel met gember of citroen)
- 100 ml citroensap
- 5 cm gemberwortel, in dunne plakjes
- 6 takjes rozemarijn
- 4 takjes tijm
- 4 el (tijm)honing
- 1 bloedsinaasappel of roze grapefruit
- 1 mandarijn
- handje (roze) peperkorrels

Bereidingswijze

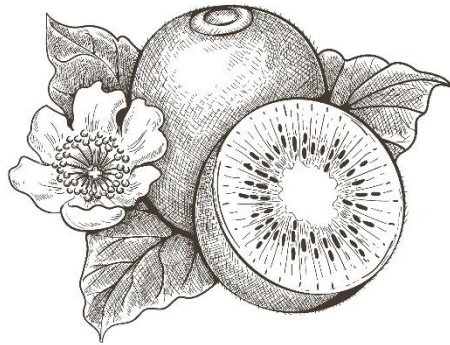
1. Doe de sinaasappelsap, de citroensap en de kombucha met 2 takjes rozemarijn, de helft van de gember, de tijm en de honing in een pannetje en verwarm langzaam tot het warm is. Laat het niet koken.
2. Snij de grapefruit en mandarijn in plakjes. Verdeel met de overgebleven gember over de glazen.
3. Schenk het warme sinaasappel-kombucha mengsel erop.
4. Steek er een takje rozemarijn in en top af met wat gekneusde peperkorrels.
5. Tip: je kunt de groene kruiden ook vervangen door wat anijssterren en kaneelstokjes. Dat is dan weer lekker met sinaasappelbloesemhoning

Avocado kiwi shake

Lekkere frisse smoothie om de dag mee te beginnen of na het sporten met wat eiwitpoeder erdoor.

Ingrediënten voor 2 glazen

- 2 baby avocado's
- 1 limoentje
- 2 dubbele kiwi's
- 2 selderijstengels
- 4 takjes munt
- handvol radijskiemen
- 200 ml appel-gembersap



Bereidingswijze

1. Snij de avocado's in grote stukken en pers het sap van het limoentje uit.
2. Snij de kiwi's en selderij grof en ris de muntblaadjes van de takjes.
3. Doe alles in een blender en zet hem op de hoogste stand.
4. Laat een paar minuten draaien totdat alles goed vermengd is.
5. Voeg eventueel naar smaak nog wat extra sap of water toe.
6. Garneer met wat munt en radijskiemen.

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

Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine fruittas:

biodynamische pinova appels

Augustin in Jork, Duitsland

biologische lanellate sinaasappels

Azahar in Valencia, Spanje

biologische clementines

Rio Tinto Citricos in Villalonga, Spanje

biodynamische dubbele kiwi's

Parlapiano in Cisterna di Latina, Italië

Week 11