

Odin scoort in 2025 weer hoog op verkoop plantaardige eiwitten

In Nederland is ongeveer 60% van de eiwitten die we consumeren van dierlijke herkomst en 40% van plantaardige herkomst. Omdat de productie van dierlijke eiwitten veel impact op het milieu en op dierenwelzijn heeft, streeft de overheid ernaar dit om te draaien. Odin draagt graag bij aan deze eiwittransitie.



Beweging naar plantaardig

Bijzonder is dat we in 2024 iets meer plantaardige eiwitten verkochten dan afgelopen jaar, namelijk 66,7%. Wouter Wezenbeek, directeur Source & Supply bij Odin, hierover: "Wij vinden het belangrijk dat onze dierlijke eiwitten komen van dieren die leven onder de hoogste dierenwelzijnsnormen. In 2025 lieten we onze boeren aan consumenten vertellen hoe zij hieraan werken, zoals met goede leefomstandigheden, dieren met behoud van hoorns of staarten, dubbeldoelrassen en zorgvuldige slacht. Hierdoor wisten meer mensen die bewust voor eerlijke en diervriendelijke producten kiezen ons te vinden, wat leidde tot een kleine verkoopgroei in de deze categorie. Voor ons is het daarom een mooie uitdaging om deze klanten te inspireren met mooie plantaardige recepten en producten, zodat we in 2026 nog meer de kant van plantaardig op bewegen."

Odin & de eiwittransitie

Als Odin hebben we al sinds 2019 geen aanbiedingen meer op vlees en verse vis. We stimuleren plantaardig eten door promotie van groenten en fruit, plantaardige recepten en door onze groente- en fruittas. Samen met de TAPP-Coalition (True Animal Protein Price Coalition) steunen we de beweging naar meer plantaardige eetgewoonten. En samen met de Vegetariërsbond organiseren we de Odin Vegan Budget Challenge.

Doel 70% plantaardig

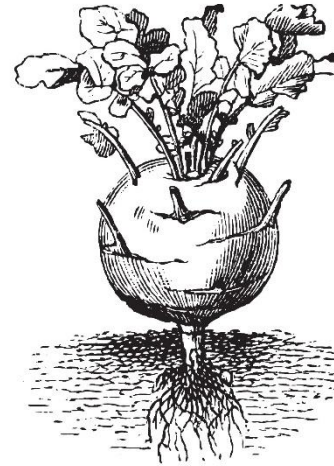
Tegelijk ontwikkelen we ons plantaardige assortiment verder: plantaardige eiwitten krijgen een steeds prominenter plek in onze recepten en in het schap. Ook hebben we hebben geïnvesteerd in een breder aanbod van plantklare groenten, vegan maaltijden en vegan gebak. In 2026 werken we verder aan groei en aantrekkelijkheid van plantaardige producten. Ons doel blijft om op een aandeel van 70% plantaardig uit te komen.

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



Curry met koolrabi, zoete bataat en spinazie

Koolrabi kun je goed in stoofpotjes gebruiken. Deze curry is snel klaar en met wat rijst of naan is het een lekker maaltje.



Ingrediënten

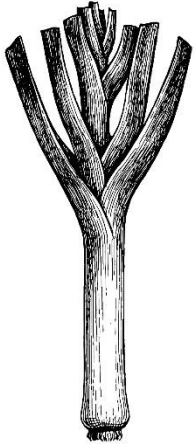
- 2 el olie
- 1 rode ui
- 2 tenen knoflook
- 500 gram zoete bataat
- 400 gram koolrabi
- 1 gele of rode paprika
- 3 el currypasta
- 1 flinke hand spinazie
- 1 blik (400 g) gehakte tomaten
- 1 blik (400 gram) kikkererwten
- 200 ml kokosmelk
- 1 blokje groentebouillon
- 50 gram gedroogde abrikozen, in stukjes gesneden.
- een handje korianderblaadjes
- zout en peper naar smaak
- klein handje geroosterde cashewnoten

Bereidingswijze

1. Pel en snipper ui en knoflook. Schil de bataat en de koolrabi en snij in blokjes.
2. Snij de paprika in stukjes
3. Fruit ui en knoflook glazig in de olie. Voeg de bataat, koolrabi en paprika toe.
4. Voeg de currypasta toe. Bak even, al omscheppend, tot de currypasta goed verdeeld is over de groenten. Voeg dan tomaten, kikkererwten en kokosmelk toe en een groentebouillonblokje.
5. Smoor alles in een half uurtje gaar en voeg dan de in stukjes gesneden abrikozen toe.
6. Warm alles goed door.
7. Serveer met een handje spinazie en eventueel gekookte rijst of naan en wat komkommerzoetzuur.
8. Garneer met koriander en cashewnoten.

Romige preisoep met groene olie

Met prei en lente-ui, de topping van gefruite uitjes en de bieslookolie heb je zo een hele familie ui-achtigen te pakken. De olie heeft een mooie knalgroene kleur en de gefruite uitjes zorgen voor een klein beetje crunch. Dit is voor ongeveer 4-6 kommen soep.



Ingrediënten

- 25 g bieslook
- 100 ml olijfolie
- 1 bos lente-uitjes
- 2 preien
- 300 g kruimige aardappels
- 1 el (plantaardige) boter
- 1-1,5 liter groentebouillon
- 100 ml (plantaardige) room
- peper en zout
- gefrituurde uitjes

Bereidingswijze

1. Snij de bieslook fijn en meng met de olijfolie. Mix in de blender tot een friscroene olie en breng op smaak met een snuf zout.
2. Snij de lente-uitjes in dunne ringen, houd wat mooie groene ringetjes achter. Spoel de prei schoon en snij ook in ringen. Schil de aardappelen en snij in blokjes.
3. Smelt de boter in een pan op middelhoog vuur en stoof de lente-ui samen met de prei zo'n 8 minuten. Voeg de aardappels toe met de bouillon en kook het geheel in 20 minuten gaar.
4. Pureer het mengsel met een staafmixer glad en meng er de room door.
5. Schenk in kommetjes en versier de soep met lente-uiringetjes en gefrituurde uitjes en druppel er de groene olie in.

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

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biodynamische zaadvaste prei

De Beersche Hoeve in Oostelbeers, Nederland

biodynamische witte koolrabi

Camposeven in San Pedro del Pinatar, Spanje

biodynamische wortelen, ongewassen

De Lepelaar in St. Maarten, Nederland

biologische eikenbladsla rood

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische komkommer

De Noordhoek in Kapelle, Nederland

biologische Maribelle appels

De Elshof in Dronten, Nederland

biologische Salustiana sinaasappels

Rio Tinto Citricos in Villalonga, Spanje