

## Actieweek met duurdere bananen levert ruim €14.000 op voor biobananentelers

De tijdelijke verhoging van de prijs van bananen met een euro per kilo, door Odin en andere biowinkels, leverde een hogere verkoop van bananen op en € 14.227 voor biologische bananenboeren in Peru!

De boeren van coöperatie APPBOSA hebben, net als veel andere bananenleveranciers, door klimaatverandering en ziektes te maken met een sterke afname van de bananenoogst. Met de opbrengst van deze 'true price-actie' kunnen de boeren nieuwe klimaat- en ziekteresistente bananenplanten aanplanten.

"Een waanzinnig resultaat" zegt Sierd Hettema, Category Manager bij Odin. "Heel bijzonder dat je meer verkoopt wanneer je de prijs met een euro verhoogt. We moesten zelfs extra bananen inkopen omdat de actie beter liep dan verwacht. Zo mooi dat mensen dit willen supporten. Alle klanten onwijs bedankt!"

De schimmel Fusarium-TR4 zorgt voor een enorme afname van de bananenproductie in Peru en andere landen. De productie van bananen door de boeren van APPBOSA is de afgelopen jaren gehalveerd en de Peruaanse overheid doet weinig om hen te helpen. De boeren krijgen een fair trade-prijs van minimaal \$15,55 van Odin per doos bananen, de hoogste prijs in hun regio. Dit is echter niet voldoende om de dalende opbrengsten en de kosten van aanpassingen volledig te compenseren.

Vorig jaar verhoogden we samen met andere biowinkels de prijs gedurende een week met 50 cent. Dit leverde toen €9.000 op. Hierdoor hebben boeren van APPBOSA al vele hectares met nieuwe bananenbomen aan kunnen leggen en een compostfabriek kunnen bouwen. Met de huidige opbrengsten kunnen nog veel meer resistente bananenbomen geplant worden!

Lees dit en meer boeiende artikelen op [Odin.nl/actueel](http://Odin.nl/actueel) of scan de QR-code



## Koolrabi-frietjes

Hoe eet je koolrabi?

Je kunt koolrabi rauw eten, geraspt of in dunne plakjes (ook lekker op een boterham met kruidenzout). Het is lekker in een salade, bijvoorbeeld met appel, venkel en noten.

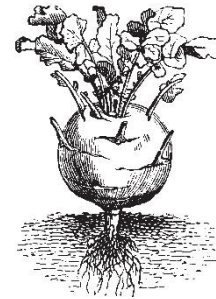
Of je kunt de koolrabi roosteren in de oven, in plakken of vullen met notengehakt en kaas bijvoorbeeld. Of gestampt als puree. Of maak deze frietjes!

### Ingrediënten

- 1-2 koolrabi
- 1 1/2 el olijfolie
- 1 tl knoflookpoeder
- 1 tl komijnpoeder
- zout naar smaak
- 1/2 tl gerookt paprikapoeder
- 1 tl gedroogde oregano

### Voor de saus:

- 125 ml kwark
- 1/4 citroen
- 1 teentje knoflook
- klein bosje peterselie
- peper en zout

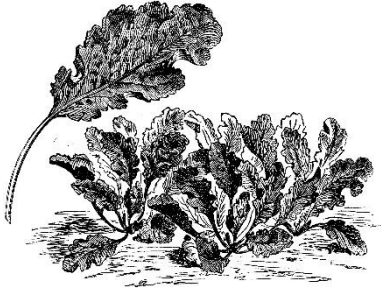


### Bereidingswijze

1. Verwarm de oven op 200°C en breng een pan met gezouten water aan de kook.
2. Schil de koolrabi en snij ze in lange dikke frieten. Kook ze beetgaar, laat uitlekken in een vergiet en dep ze droog met een theedoek.
3. Doe in een grote mengkom: olijfolie, knoflookpoeder, gerookt paprikapoeder, komijnpoeder en zout. Meng de koolrabi er door, zodat alle frietjes met een laagje kruidenolie bedekt zijn.
4. Leg de frietjes op een met bakpapier beklede bakplaat. Leg ze niet op elkaar, geef ze een beetje ruimte.
5. Bak ongeveer 20 minuten tot ze goudbruin zijn, schep ze halverwege een keer om.
6. Maak ondertussen het sausje: Klop de ingrediënten door elkaar. Breng op smaak met peper en zout.

# Vrolijke salade met raapstelen

Een echte showstopper op tafel, deze vrolijke voorjaarssalade! Vol heerlijke smaken. Wil je het liever vegetarisch houden? Vervang de vis dan door gerookte tofu.



## Ingrediënten voor 4 personen

- 1 bosje dille
- 1 bosje bieslook
- 3 tl mierikswortelsaus (of -pasta)
- sap van 2 citroenen
- 150 ml olijfolie
- 1 rode ui
- 50 ml rode wijnazijn
- 1 tl suiker
- 500 g krielaardappelen
- 1 bos radijsjes
- 2 bosjes raapstelen
- 1 komkommer
- 125 g gerookte forelfilet (of als vega optie gerookte tofu)
- 200 g broccoli

## Bereidingswijze

1. Maak de dressing: doe de dille, bieslook, mierikswortel, citroensap en 150 ml olijfolie in een beker en pureer met de staafmixer. Breng op smaak met zout en peper.
2. Snij de rode ui in dunne ringetjes en leg in een kommetje. Schenk de rode wijnazijn erover en voeg de suiker en 50 ml water toe. Laat even intrekken.
3. Snij de aardappels in partjes en kook in 15 minuten gaar. Giet af. Laat uitdampen.
4. Snij het kontje van de radijsjes af en snij ze in partjes of plakjes. Was de raapstelen en snij het onderste stukje eraf. Maak met een dunschiller of kaasschaaf dunne, lange linten van de komkommer. Scheur de forelfilet in bitesize stukjes, of bak de gerookte tofu in een beetje olijfolie.
5. Snij de broccoli in roosjes. Leg de broccoli op een bakplaat, besprenkel met olijfolie, zout en peper en rooster 10-15 minuten in een hete oven (200 °C) of grill in een grillpan.
6. Bouw de salade op een grote schaal op. Leg de raapstelen op de bodem, daarna de aardappelen, de broccoli, de forel (of falafel) en giet er als laatste de dressing over. Overgebleven dressing kun je een paar dagen bewaren.
7. Garneer met opgerolde komkommerlinten en de gepekeld rode-uienringen.

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

# Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine groentetas:

biodynamische paarse koolrabi  
Camposeven in San Pedro del Pinatar, Spanje

biodynamische wilde wortelen  
Bio Romeo in Zeewolde, Nederland

biologische raapstelen  
Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische komkommer  
De Noordhoek in Kapelle, Nederland

biologische groene eikenbladsla  
Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland