

Provida bij Odin: natuurcosmetica met biodynamische wortels

Bij Odin kijken we bij de selectie van onze natuurcosmetica verder dan alleen de ingrediëntenlijst. Voor ons zijn herkomst, productiemethode en de visie achter een merk minstens zo belangrijk. Daarom speelt het Duitse cosmeticamerk Provida Organics een belangrijke rol in ons assortiment en vind je de producten in alle Odin-winkels terug.



“Provida is voor ons erg belangrijk omdat veel ingrediënten in de producten Demeter-gecertificeerd zijn,” vertelt Odin Category Manager Ramona Bloemers. “Een aantal producten in onze selectie is zelfs volledig Demeter-gecertificeerd.” Dat past goed bij onze focus op biodynamische landbouw en producten met het Demeter-keurmerk.

Wat Provida bijzonder maakt, is de sterke verbinding met biodynamische landbouw. Meer dan 90% van de geneeskrachtige kruiden komt van de eigen Demeter-boerderij, waardoor er volledige transparantie is van teelt tot eindproduct. Ongeveer een derde van hun assortiment is Demeter-gecertificeerd. Wanneer Demeteringrediënten niet mogelijk zijn, gebruikt Provida ingrediënten uit gecontroleerde biologische teelt en vermijdt het synthetische ingrediënten en conserveermiddelen.

Ambachtelijke productie

Alle producten worden ontwikkeld en gemaakt in het eigen laboratorium van Provida in het Duitse Geseke. De productie gebeurt grotendeels met de hand. De filosofie van het merk is holistisch: natuurcosmetica gaat niet alleen over het vermijden van bepaalde stoffen, maar over een systeem waarin bodem, planten, productie en mens met elkaar in balans zijn.

Biodynamische visie in de praktijk

Op de eigen boerderij van Provida staat biodiversiteit centraal. Door vruchtwisselingen, mengteelten en bloemenstroken ontstaat een levendige omgeving waarin planten, insecten, vlinders en wilde bijen elkaar versterken. Die manier van werken sluit aan bij de biodynamische principes waarop ook het Demeter-keurmerk is gebaseerd.

Voor ons bij Odin laat Provida zien hoe natuurcosmetica direct verbonden kan zijn met de landbouw waaruit de ingrediënten voortkomen. Geneeskrachtige kruiden uit eigen Demeter-teelt, ambachtelijke productie en een holistische visie op mens en natuur komen hier samen. Daarmee vormt Provida voor ons een mooi voorbeeld van hoe verzorgingsproducten, net als voeding, kunnen bijdragen aan een landbouwsysteem dat de bodem, biodiversiteit en kwaliteit van grondstoffen centraal stelt. Lees het volledige artikel op Odin.nl of scan de QR-code.



Flammkuchen met wortel en pesto

Deze ontzettend lekkere flammkuchen ziet er prachtig uit op tafel en heeft, door de toevoeging van de pesto, extra veel smaak. Dit is voor 4 personen.

Ingrediënten

- 2 kant-en-klare flammkuchenbodems
- 250 g wilde wortels
- 1 bos lente-uitjes
- 125 g crème fraîche
- 30 g amandelschaafsel

Ingrediënten voor de pesto

- 2 handenvol groene kruiden, zoals peterselie, basilicum, dille, daslook of ander (wild)kruid
- 2 knoflooktenen
- sap van 1/2 citroen
- 70 g amandelschaafsel
- 75 g geraspte Parmezaanse kaas
- zout en peper
- 80 ml olijfolie



Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 220 °C.
2. Maak de pesto: doe alle ingrediënten (behalve de olijfolie, neem daarvan de helft) in een beker en pureer met de staafmixer. Breng op smaak met zout en peper. Voeg beetje bij beetje de rest van de olijfolie toe (misschien heb je iets meer of minder nodig) en pureer nogmaals om de juiste consistentie te krijgen.
3. Snij met een dunschiller lange, dunne linten van de wortels. Snij de lente-uitjes in schuine stukjes.
4. Leg de flammkuchen op een met bakpapier beklede bakplaat. Bestrijk ze met een laagje crème fraîche, maar houd rondom 1 cm van de flammkuchen vrij.
5. Bedek de flammkuchen met de wortellintjes, lente-uitjes, amandelschaafsel, zout en peper en bak 15 à 20 minuten in de oven.
6. Leg 1 flammkuchen per persoon op een bord en lepel 4 à 5 theelepels van de pesto willekeurig over de flammkuchen.

Tip: deze pesto maak je ook gemakkelijk met bijvoorbeeld radijsloof. Houd je het liever vegan? Vervang de crème fraîche door de plantaardige variant en de kaas door edelgistvlokken.



Odin

abonnement

Coole kiwi shake

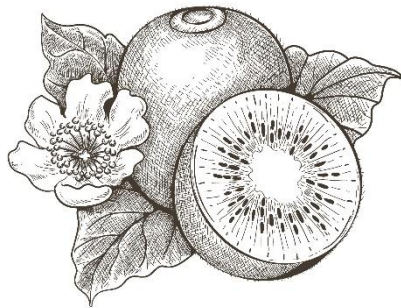
Maak een frisse start met deze shake, al is ie ook lekker bij de lunch of tussendoor.

Ingrediënten

- 2 kiwi's
- 2 tl citroensap
- 50 ml kokosmelk
- 100 ml vers geperst sinaasappelsap
- ijsschilfers

Bereiding

1. Schil de kiwi's en snij ze in stukken.
2. Pureer de kiwi en mix kort in de blender of met de staafmixer met het citroensap, de kokosmelk, het sinaasappelsap en wat gestampt ijs.



Deze week in jouw kleine groente- en fruittas:

biodynamische wilde wortelen

Bio Romeo in Zeewolde, Nederland

biologische andijvie

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische puntpaprika

Hortifervisa in Nijar, Nederland

biodynamische gele uien zaadvast

De Zonneboog in Lelystad, Nederland

biologische Maribelle appels

De Elshof in Dronten, Nederland

biodynamische dubbele kiwi

Ceglia in Ardea, Italië

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

Week 15