

Meimaand Bijmaand: Door de ogen van de bij

Liefde voor bijen is liefde voor de natuur. We nodigen je uit om te leren kijken door de ogen van de bij en een verborgen wereld vol wijsheid en wonderen te ontdekken. Odin en Bee Foundation nemen je graag mee in de wereld van de bij tijdens de Meimaand Bijmaand.

Tijdens de Meimaand Bijmaand organiseert de Odin-imkerij, in samenwerking met Bee Foundation, De Traay en Kunsthal Rotterdam een maand vol inspirerende en gratis activiteiten.

Open instuif met Odin-imker Bas Strijker

Op twee zaterdagen in mei staan vanaf 10.00 uur de deuren van twee boerderijen wagenwijd open. Op 2 mei bij zorgboerderij Thedingsweert in Kerk-Avezaath en op 23 mei bij Urtica De Vijfsprong in Vorden. Odin-imker Bas Strijker deelt zijn passie voor de bij en zijn ervaring met het verzorgen van bijenvolken op deze biodynamische boerderijen. Iedereen is welkom. Je vindt boerderij Thedingsweert aan Thedingsweert 25, Kerk-Avezaath. Urtica De Vijfsprong ligt aan Reeoordweg 2 in Vorden.

Ga mee op hommelexpeditie!

Leren wordt pas echt leuk als je actief mag ontdekken, denken en meedoen. Neem tijdens de open instuif deel aan een onvergetelijke ontdekkingsreis met Bee Foundation. Een interactieve expeditie voor kinderen waarbij de natuurlijke omgeving, wilde bijen en een ontmoeting met de hommekonigin centraal staan. Op de open instuif vinden 2 expedities plaats, om 10.30 uur en om 12.30 uur.

Odin & De Traay

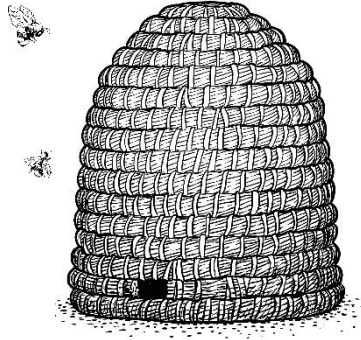
Tijdens de Meimaand Bijmaand zijn er meerdere aanbiedingen van de Traay en Bee honest cosmetics en doneren zij €0,10 van ieder verkocht product aan biodiversiteitsonderzoek.

Flowers Forever in de Kunsthal Rotterdam

Op zondag 17 mei leert Odin-imker Bas je kijken door de ogen van de bij. Ontdek de magische wereld van de bij tijdens de tentoonstelling 'Flowers Forever'.

Meer informatie

Houd onze website goed in de gaten voor meer informatie. We plaatsen regelmatig berichten over de Meimaand Bijmaand, delen kennis en allerlei interessante weetjes.

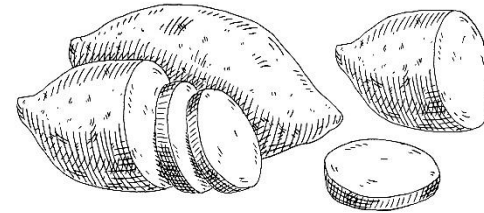


Wraps met geroosterde bataat, maïs en zwarte bonen

Wraps zijn altijd een goed idee, vind ik. Deze hebben een Zuid-Amerikaans tintje, met bataat, maïs en zwarte bonen. De witte bataat is onterecht minder bekend, maar net zo lekker en blijft iets steviger dan de oranje en geeft dus iets meer bite aan deze tortillavulling.

Ingrediënten

- 400 g zoete aardappel/bataat
- 1 tl komijnpoeder
- 1 tl gerookt paprikapoeder
- 200 g gare maïskorrels (vers of potje)
- 400 g zwarte bonen (pot of blik)
- 1 rode ui
- 2 tenen knoflook
- 300 g (vegetarisch) gehakt
- 2 el tomatenpuree
- 2 tl oregano
- 6 tortillawraps of taco's
- handje korianderblad
- zure room
- avocadoblokjes
- geraspte kaas



Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200 graden.
2. Schrob de bataat schoon of schil ze en snij in kleine stukjes.
3. Snij de paprika in stukken.
4. Meng bataat en paprika in een kom met kokosolie of olijfolie, komijnpoeder, paprikapoeder en zout en peper.
5. Spreid uit op bakpapier op een bakplaat en schuif in de oven, rooster ongeveer 15 minuten.
6. Verhit ondertussen wat olie in een koekenpan en fruit daarin ui en knoflook heel even aan. Voeg het gehakt toe en bak goudbruin.
7. Voeg maïs en bonen toe.
8. Meng de tomatenpuree met wat water en voeg dit ook toe. Warm alles goed door en breng op smaak met de oregano en wat peper en zout.
9. Klop de zure room los met een vork. Hak de koriander grof en snij een avocado in blokjes. Rasp wat kaas. Serveer dit in kleine kommetjes erbij.
10. Verwarm de wraps. Leg tussen een theedoek om ze warm te houden.
11. Zet op tafel: het bataatmengsel samen met de wraps en kommetjes topping.
12. Maak er eventueel een frisse salade bij.



Komkommer met pinda-korianderdressing

Simpel maar lekker bijgerechtje bij een Thaise curry of nasi goreng.



Ingrediënten

- 1 komkommer
- **Voor de dressing:**
- scheutje limoensap, rijstazijn en sojasaus
- evt 1 tl Thaise vissaus
- 1 el zoete chilisaus
- 2 el pindakaas
- 1 dl zonnebloemolie
- peper en zout
- verse korianderblaadjes
- 1 el (ongezouten) pinda's

Bereidingswijze

1. Snij de komkommer in blokjes.
2. Doe de ingrediënten voor de dressing, met uitzondering van de koriander, in een kom.
3. Roer met een garde tot een gladde saus.
4. Snij de koriander fijn en voeg aan de dressing toe.
5. Hak de pinda's grof.
6. Meng de dressing vlak voor het serveren door de komkommer en strooi de gehakte pinda's erover.

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biologische zoete bataat wit
De Waag in Neer, Nederland

biologische courgette
Hortifervisa in Nijar, Spanje

biodynamische groenselderij
Caposeven in San Pedro del Pinatar, Spanje

biodynamische radijsjes
Be Leaf in 's Gravezande, Nederland

biologische komkommer
De Noordhoek in Kapelle, Nederland

biologische bananen
Latbio in Machala, Ecuador

biologische lanelate sinaasappels
Rio Tinto Citricos in Villalonga, Spanje

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

Week 16