

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 hommelsexpeditie!

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 hommelsoningin centraal staan. Op de open instuif vinden 2 expedities plaats, om 10.30 uur en om 12.30 uur.

Odin & De Traay

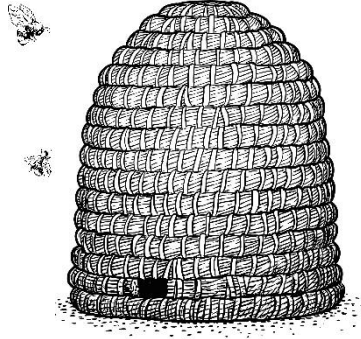
Tijdens de Meimaand Bijmaand zijn er meerdere aanbiedingen van de Traay en Bee honest cosmetics en doneren zij €0,10 van ieder verkocht product aan biodiversiteitsonderzoek.

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'.

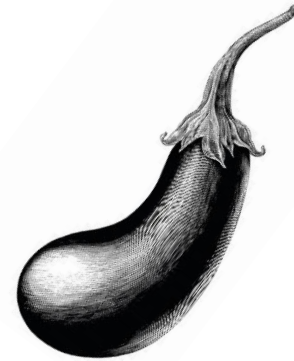
Meer informatie

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



Moussaka

De beroemde Griekse ovenschotel en dat is niet voor niets. Wil je het liever vegetarisch houden? Vervang het gehakt dan door vegetarisch gehakt. Net zo lekker!



Ingrediënten voor 4 pers.

- 2 aubergines
- 200 g tomaten
- 2 uien
- 2 teentjes knoflook
- 400 g aardappelen
- 300 g gehakt
- 2 laurierblaadjes
- 2 el olijfolie
- 80 g oude kaas, geraspt
- vers gemalen peper
- zeezout

Ingrediënten voor de bechamelsaus

- 60 g bloem
- 60 g boter
- 500 ml melk
- 2 eieren
- mespunt nootmuskaat
- zeezout
- peterselie

Bereidingswijze

1. Schil de aardappels en kook ze in een minuut of 10 gaar. Giet de aardappels af, laat afkoelen en snijd ze daarna in plakjes.
2. Snijd de aubergine in dunne plakjes en bak daarna voor enkele minuten in olie. Haal uit de pan en zet apart.
3. Hak de ui en knoflook fijn en roerbak samen met het gehakt in olie.
4. Snijd de tomaten in kleine blokjes en voeg, met een scheutje water, laurierblad, peper en zout toe aan het ui-gehaktmengsel. Laat ongeveer 15 minuten sudderen.
5. Verwarm de oven voor op 180 °C.
6. Maak nu de bechamelsaus. Laat de boter in een pannetje smelten en roer de bloem erdoor tot het een balletje vormt. Voeg daarna al roerende de melk, wat zout en nootmuskaat toe. Zet het vuur uit. Klop de eieren los en roer dat door de saus heen. Laat iets afkoelen.
7. Vet een ovenschaal in en leg de helft van de aardappels erin (let erop dat ze een beetje netjes liggen). Leg daarop de helft van de aubergineplakken, een beetje geraspte kaas en de gehaktsaus. Daarop komt een tweede laag aardappelen en aubergine. Maak de moussaka af door de bechamelsaus erover te schenken en bestrooi met een restje geraspte kaas.
8. Bak de moussaka in ongeveer 40 minuten af tot er een goudbruin korstje te zien is. Een kwartiertje laten afkoelen, bestrooien met peterselie en dan aansnijden.



Vegan chocolademousse

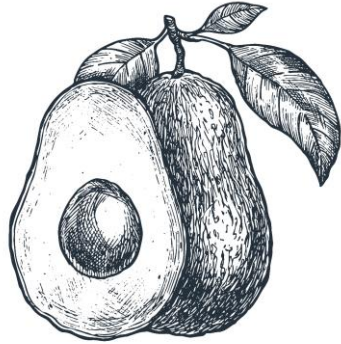
Chocolademousse kun je ook maken zonder room of ei. Bijvoorbeeld met avocado en banaan! Het zoetmiddel kun je naar smaak toevoegen. Dit is ook een erg vrolijk ontbijtje. Je kunt er dan wat cruesli overstrooien en vers fruit is ook een mooie toevoeging.

Ingrediënten

- 1 rijpe avocado
- 1 banaan
- 40 ml Thaise kokosroom
- 2 tl vanillepoeder
- 25 g raw cacao poeder
- 1 el ahorn- of agavesiroof

Voor erop:

- paar takjes munt
- wat raw cacao nibs
- kokosrasp, geroosterd



Verder nodig

- 2 kommetjes of 4 kleine glaasjes
- (staaf)mixer

Bereiding

1. Snij de avocado doormidden, ontpit hem en haal het vruchtvlees uit de schil.
2. Pel de banaan en breek in stukjes.
3. Doe in een mengkom met de rest van de ingrediënten, behalve de munt en pureer heel goed tot een romige mousse.
4. Schep de mousse in mooie glaasjes of kommetjes.
5. Zet even in de koelkast om wat op te stijven.
6. Versier met een blaadje munt, wat cacao nibs en kokosrasp

Tip: Ook mooi en lekker met rood fruit erop.

Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine groente- en fruittas:

biologische korte prei

Peeters Mertens in Neer, Nederland

biologische aubergine

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische groene eikenbladsla

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische avocado Hass

Axarquia Tropical in Velez Malaga, Spanje

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