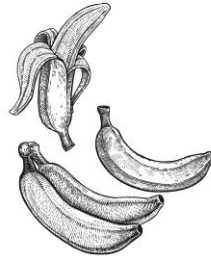


Bio-klanten helpen bananenboeren

Vorig jaar verhoogden we, samen met een aantal andere biowinkels waar wij aan leveren, de prijs van onze bananen tijdens een True Price-actie voor onze bananenboeren gedurende een week met 50 cent. Tot onze verrassing verkochten we meer bananen dan normaal en de actie leverde €9.000 op. Dit jaar besloten we het erop te wagen en verhoogden we de prijs met maar liefst een euro. Weer verkochten wij samen met andere winkels meer dan anders en de actie leverde nu zelfs ruim €14.000 op. Maar waar is dit geld voor nodig? Odin Category Manager Sierd Hetteema bezocht de biologische boeren van de Peruaanse coöperatie APPBOSA en vertelt.



Waarom bezoekt je onze bananenleverancier APPBOSA in Peru?

“We ondersteunen daar sinds vorig jaar een True Price-project en we wilden zelf zien hoe het daarmee gaat. We hebben dat gecombineerd met een bezoek aan Ecuador. Daar hebben we ook bananenboeren, zij leveren ons wanneer APPBOSA niet voldoende heeft.”

Wat is het probleem in de bananenteelt?

“Er is een bananenziekte gaande, Fusarium-TR4. Dit is een schimmel die de planten aantast, waardoor er veel minder bananen aan groeien of soms helemaal geen. Veel planten gaan dood. Er wordt in de bananenteelt maar één bananensoort gebruikt, dus wanneer die gevoelig is voor een ziekte hebben boeren wereldwijd daar veel last van. Ook klimaatverandering zorgt trouwens voor problemen in de bananenteelt in Peru.”

Wat betekent dit voor de bananenboeren van APPBOSA?

“De productie van bananen is de afgelopen jaren van 1800 dozen per hectare in 2020 gegaan naar slechts 900 dozen per hectare nu. Dus in zes jaar tijd is de productie gehalveerd. Dat is natuurlijk vreselijk. Alle bananentelers in Peru hebben hier last van, maar de overheid doet weinig om de boeren te helpen.”

Is er een oplossing?

“Ongeveer 1,5 jaar geleden heeft APPBOSA een test gedaan met vier bananenvariëteiten die beter bestand zouden zijn tegen die schimmel. Dat hebben ze onder andere met het geld gedaan van onze True Price-actie vorig jaar. De resultaten zijn veelbelovend en er zijn nieuwe planten gekocht.”

“De boeren van APPBOSA zijn erg blij met het True Price-project. ‘Zonder de inspanningen die jullie en anderen hebben gedaan,’ zeggen ze, ‘hadden we die plantentest niet kunnen doen en geen nieuwe planten kunnen kopen. Dan waren wij er over vijf jaar niet meer geweest en zouden we ander werk moeten doen. Heel veel mensen waren onzeker over hun toekomst. En nu kunnen we weer focussen op het telen van bananen!’”

Lees het hele artikel op odin.nl/actueel of scan de QR-code



Bloemkoolcake met roquefort

Groente in een cake, dat kan gewoon heel chique zijn. Lekker met crispy chili oil of een pruimenchutney.

Ingrediënten voor 4 pers.

- 500 g bloemkool
- 4 eieren
- 100 ml melk
- 100 ml yoghurt
- 150 g (schapen)Roquefort
- zout en peper
- 200 g bloem
- 2 tl bakpoeder



Bereidingswijze

1. Warm de oven voor op 175°C.
2. Vet een cakevorm in en leg een strookje bakpapier op de bodem.
3. Snij de bloemkool in roosjes en blancheer ze 8 minuten. Stort ze in een vergiet en laat even uitdampen.
4. Kluts de eitjes samen met de melk en yoghurt goed door elkaar. Snij of kruimel de roquefort in stukjes en schep erdoor.
5. Meng de bloemkool met een flinke hoeveelheid zwarte peper door het beslag. Voeg ook de bloem met het bakpoeder toe, evt. nog wat zout (de kaas is ook al aan de zoute kant) en roer alles goed door elkaar.
6. Schep het mengsel in de vorm en bak de cake in het midden van de oven in 1 uur gaar.
1. Check met een satéprikker of de cake gaar is. Als het nog te nat is zet je het nog een kwartiertje terug.
2. Laat de cake iets afkoelen in de vorm, stort hem dan voorzichtig op een mooie schaal en serveer er een lekkere salade bij.

Pasta met raapstelen en fenegriekkaas

Snelle pastamaaltijd met raapsteeltjes en nootachtige fenegriekkaas. Een topper voor na je werk- of schooldag.



Ingrediënten voor 2 pers.

- 200 g pasta
- 1 bosje raapstelen
- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- een scheutje olijfolie
- 3 el tomatenpuree en een scheutje water
- 2 tomaten, in stukjes
- 6 olijven, zonder pit
- 80 tot 100 g fenegriekkaas
- 1 tl Italiaanse kruiden
- evt meel of maïzena als bindmiddel

Bereidingswijze

1. Was de raapsteeltjes en snij ze in korte stukjes of smalle reepjes.
2. Hak de ui en knoflook fijn.
3. Fruit de ui met de knoflook in olie en voeg er de raapsteeltjes en Italiaanse kruiden bij.
4. Laat de groente slinken en voeg de olijven, dan de tomatenpuree met het water en de in stukjes gesneden tomaat toe.
5. Kook ondertussen de pasta beetgaar.
6. Eventueel kun je de saus nog wat binden met meel of maïzena.
7. Dien de pasta op met de saus en rasp de kaas erover.

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

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biologische bloemkool

Keltivia in St. Pol de Leon, Frankrijk

biologische raapstelen

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biodynamische wilde wortelen

BioRomeo in Ens, Nederland

biologische puntpaprika

Hortifervisa in Nijar, Spanje

biologische mini Romana sla

Peeters Mertens in Neer, Nederland

biologische Maribelle appel

J.C. & A.C. Vermaire in Biddinghuizen, Nederland

biodynamische dubbele kiwi's

Parlapiano in Cisterno di Latina, Italië

Week 18