

Leuk uitje voor  
aankomend weekend:  
Kom naar Odin Velp  
of Odin Delft!



Vier de lente met een gezellige markt!

## 8 en 9 mei: Moederdagmarkt bij Odin Velp

Vrijdag 8 en zaterdag 9 mei komt er buiten voor de winkel van Odin Velp een gezellige moederdagmarkt. Hier kan je terecht om (h)eerlijke cadeautjes te scoren voor moederdag. Met mooie cosmetica pakketten van Weleda en Dr Hauschka, theeboxen van Yogi Tea, Saprondjes van Schulp en nog veel meer leuks. Waar zet jij je (groot)moeder of verzorger dit jaar mee in het zonnetje?

## 9 mei: Lentemarkt Odin Delft

Op zaterdag 9 mei is er bij Odin Delft een lentemarkt. Er is van alles lekkers te proeven en uit te proberen:

- Verse friet en sauzen van Dapp
- Honing van De Traay
- Natuurlijke verzorging van Provida
- Zuivel van Weerribben
- Gedroogde zuidvruchten van Lilyfruit
- Zeewier van Porto Muinos
- Knapperige crackers van Kari's Crackers
- Choco- en hazelnotenpasta's, en koekjes van Nocciolata
- Sappen van Schulp
- Leer meer over composteren met Bokashi

Alle proeverij-producten zijn op de dag van de proeverij met leuke aanbiedingen te koop. Kom gezellig langs!

## Appel-bessencrumble met chocola

Een crumble is zo gemaakt en altijd lekker. Eet hem met een lepel kokosyoghurt of lepel hem op in het zonnetje met een bolletje vegan ijs.

### Ingrediënten voor 4

- 3 appels
- 50 g walnoten
- 175 g blauwe bessen ( kan ook uit de diepvries)
- 50 g honing of suiker
- 1/2 tl kardemom
- 50 ml plantaardige room
- 1/2 el maïzena

### Voor de crumble

- 60 g havermout
- 100 g suiker
- 150 g bloem
- 70 g vegan chocolade, bijv. Lovechock blueberry-hemp, in stukjes
- snuf zout
- 50 ml zonnebloemolie



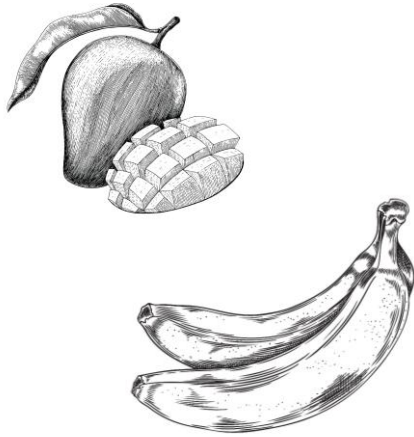
### Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 180 °C.
2. Schil de appels als je wilt en snij ze in blokjes. Hak de walnoten in kleine stukjes. Mix de appel met de blauwe bessen, walnoten, suiker en kardemom. Roer de plantaardige room en de maïzena er door.
3. Meng de ingrediënten voor de kruimellaag met een vork (of pulse in een keukenmachine) tot grove korrels.
4. Schep het fruit met de noten in een kleine ovenschaal, en strooi de kruimels er overheen. Bak zo'n 25 - 35 minuten tot de kruimels goudbruin zijn.

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

# Vegan banaan-mango ijs met crispy chili oil

Een topper van vorig jaar: Ijs met hartige toppings. Denk aan crumble met rozemarijn-amandel crumble, olijfolie en zeezout en deze: Maak van bevroren fruit, dus zonder zuivel, een romig, tropisch getint ijs en giet er wat crispy chili oil over. Beetje vreemd, maar wel heel lekker!  
Je moet wel even van te voren de banaan en mango invriezen!



Ingrediënten voor 2-4 pers.

- 250 g mango in blokjes, bevroren
- 2 rijpe bananen in plakjes, bevroren
- 75 ml kokosmelk
- ½ tl kardemom, gemalen
- evt. wat suiker of agavesiroop
- 1-2 tl crispy chili oil (voor homemade: het recept vind je op [Odin.nl/scan](http://Odin.nl/scan) de QR-code)
- handje geroosterde kokosvlokken

## Bereidingswijze

1. Vries zeker 4 uur van te voren het fruit in.
2. Meng alle ingrediënten in een keukenmachine of in een blender door elkaar.
3. Schep bolletjes ijs in 2 bakjes.
4. Drizzle er wat chili olie over en bestrooi met geroosterde kokosvlokken.
5. Serveer met schijfjes mango en ander zomerfruit.

Crispy chili oil zelf maken



# Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine fruittas:

biologische Candine appels  
Les Vergers de Blue Whale, Frankrijk

biologische bananen  
Latbio in Machala, Ecuador

biologische sinaasappels  
Rio Tinto Citricos in Villalonga, Spanje

biologische mango Kent  
div. telers, Ivoorkust

Week 19

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