

25 mei: Open instuif Meimaand Bijmaand met boer en imker

Liefde voor bijen, is liefde voor de natuur. Tijdens de Meimaand Bijmaand nodigen we je uit om opnieuw te kijken, te luisteren en te voelen. Want wie zich verdiept in de bijen, ontdekt een verborgen wereld vol wijsheid en wonderen – en die wereld is dichterbij dan je denkt! Kom naar de open instuif met de boer en onze Odin-imker en laat je verrassen!



Open Instuif

Vanaf 10.00 uur staan de (stal)deuren van biodynamische tuinderij De Stek en de Polderkol wagenwijd open. Het enige wat je hoeft te doen is binnenlopen en je te verwonderen.

Programma

Ga mee op expeditie: "het mysterie van de wilde bijen"

Leren wordt pas echt leuk als je actief mag ontdekken, denken en meedoen. Neem deel aan deze onvergetelijke ontdekkingsreis met Bee Foundation. Een interactieve expeditie waarbij de natuurlijke omgeving, wilde bijen en een ontmoeting met de hommelmkoningin centraal staan. Je kunt meedoen om 10.30 en 12.00 uur

Leer alles over biodiversiteit, biodynamisch imkeren en boeren

Odin-imker Bas Strijker deelt zijn 14 jaar ervaring met het verzorgen van bijenvolken op biodynamische boerderijen. De boer vertelt over zijn drijfveren, wat biodynamisch boeren betekent en welke rol de bijen hierin spelen.

Odin & de Traay

Proef de verschillende soorten honing van de Traay en probeer de verzorgingsproducten van Bee honest cosmetics. Tijdens de Meimaand Bijmaand zijn er meerdere aanbiedingen van de Traay en Bee honest cosmetics en doneren ze € 0,10 van ieder verkocht product aan Stichting Odin-imkerij. En daarmee kunnen wij onder andere imkers opleiden, informatieavonden organiseren en nog meer onderzoeken doen.

Hoe je je kunt aanmelden en meer info vind je op Odin.nl/activiteiten of scan de QR-code hier

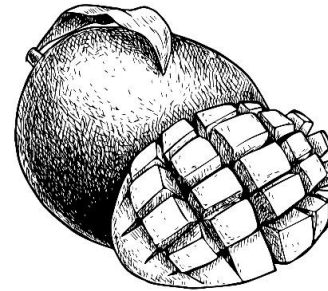


Salade vol kleur met mango, appel en nootjes

Knapperige koolsalade met appel, noten en een frisse dressing...
Lekker bij een quiche of een zomerse bbq!

Ingrediënten

- 1/8 rode kool, heel fijn geschaafd
- 1 stronkje witlof, fijngesneden (besprenkelen met citroensap)
- 1/2 appel, ongeschild, in kleine stukjes (besprenkelen met citroen)
- 1/2 sinaasappel, in stukjes
- 1/2 mango in blokjes
- 35 g amandelen of walnoten - al omschuddend geroosterd in een droge koekenpan
- 1 handje verse koriander en munt of verse kiemen
- olijfolie, sesamolie
- balsamico azijn
- ahornsiroop sap van een 1/2 citroen



Bereidingswijze

1. Meng de fijngesneden of geraspte groente met het fruit en de noten.
2. Maak een dressing van 2 el olijfolie sesamolie, 1 el balsamico-azijn, 1 el ahornsiroop en het sap van een citroen en giet dit over de salade. Dit kan ruim van te voren, daar wordt ie alleen lekkerder van.
3. Bestrooi met de verse kruiden.

Bloemkool anders: nu in een pittig sausje van tomaat en sinaasappel.
Lekker bij kabeljauwfilet of een quinoaburger.



Ingrediënten

- 250 g bloemkoolroosjes
- 1 sinaasappel, sap en geraspte schil
- 250 g tomaten
- 2 dl groentebouillon
- 2 el zoute sojasaus, tamari of shoyu
- 2 el witte wijnazijn
- 2 el olie
- paar druppeltjes tabasco
- mespunt cayennepeper
- peterselie, fijngesneden
- zout

Bereidingswijze

1. Snij de achterzijde van de tomaten kruiselings in. Dompel ze $\pm$ 1 min onder in kokend water, laat de tomaat schrikken in koud water en verwijder de velletjes.
2. Snij de helft van de tomaten in kleine blokjes en de andere helft in partjes.
3. Verhit de olie in een wok en bak de bloemkool $\pm$ 5 min al omscheppend.
4. Tomaat stukjes, sojasaus, azijn, sinaasappelsap en -schil toevoegen en $\pm$ 3 min meebakken.
5. Bouillon toevoegen en het gerecht in $\pm$ 10 min beetgaar stoven.
6. Voeg dan de tomaatpartjes toe en laat het gerecht door en door warm worden.
7. Breng op smaak met tabasco, cayennepeper en zout en strooi de peterselie erover.

Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine groente- en fruittas:

biologische bloemkool

Keltivia in St. Pol de Leon, Frankrijk

biodynamische wortelen

Bio Romeo in Ens, Nederland

biologische rode eikenbladsla

Eko de Eerste in Marknesse, Nederland

biodynamische puntpaprika

Frank de Koning in Brielle, Nederland

biologische Valencia sinaasappels

Azahar in Valencia, Spanje

biologische mango

Ivoire Organics in Bonoua, Ivoorkust