

Kaoka: chocola uit een eerlijke en duurzame keten.

In de schappen van de Odin-winkels ligt chocolade met een bijzonder verhaal. Kaoka is meer dan een producent van biologische chocolade: het is een pionier die al sinds 1993 werkt aan een eerlijke en duurzame cocoa keten.

Directe ketens

Kaoka kiest bewust voor directe samenwerking met boeren. Er zitten geen anonieme tussenlagen tussen. Dat maakt het mogelijk om volledige transparantie te garanderen: elke partij cacao is fysiek traceerbaar tot aan de oorsprong. Ze werken samen met boeren in Ecuador, São Tomé en Peru, die zijn samengebracht om sterke, duurzame coöperaties te vormen. De cacao programma's van Kaoka zijn volledig geïntegreerd in de organisatie en de samenwerkingen zijn gebaseerd op solidariteit en partnerschap. Deze directe ketens zorgen niet alleen voor controle op kwaliteit, maar ook voor vertrouwen. Boeren zijn geen leveranciers op afstand, maar echte partners met wie Kaoka samenwerkt aan een gedeelde toekomst.

Een leefbaar inkomen als uitgangspunt

Bij Kaoka staat duurzame cacao productie centraal, met aandacht voor zowel mens als milieu. Maar volgens het bedrijf is biologische teelt alleen, of het betalen van een hogere prijs, niet voldoende om de levensomstandigheden van cacao boeren echt te verbeteren. Daarom kiest Kaoka voor een bredere aanpak. Naast de marktprijzen voor cacao betaalt Kaoka biologische en fairtrade premies, en daarnaast ook een "kwaliteitsbonus" per land, die gekoppeld is aan de kwaliteitsvereisten van Kaoka. De prijzen worden uitbetaald aan de boeren voor verse cacao.

Kaoka zet zich in voor langdurige samenwerkingen: alle aankopen van cacao bonen worden vooruitgefinancierd en het bedrijf committeert zich eraan om elk jaar 100% van de oogst van zijn cacao boerenpartners af te nemen.

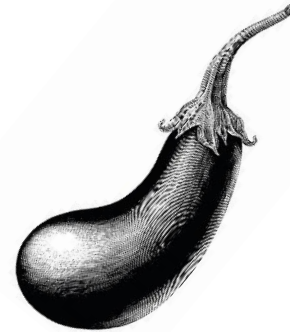
Een belangrijk onderdeel van Kaoka's aanpak is ervoor te zorgen dat zoveel mogelijk stappen van het productieproces plaatsvinden in het land van herkomst. De cacao wordt daar gefermenteerd en gedroogd volgens nauwkeurige protocollen die door de teams van Kaoka zijn opgesteld en gecontroleerd.

Lees het hele artikel op Odin.nl of scan de QR code



Moussaka

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



Ingrediënten

- 400 g aardappelen
- 2 aubergines
- 2 uien
- 3 tenen knoflook
- 300 g gehakt
- 200 g tomaten
- 2 laurierblaadjes
- 2 el olijfolie
- 80 g oude kaas

Bechamelsaus

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

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 over de lagen 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 en dan aansnijden.

Vegan Thaise rijstsalade met mango, spinazie en groene thee-citroendressing

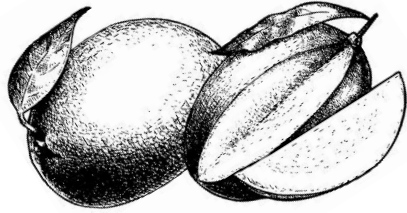
Frisse rijstsalade vol kleur en smaak met sticky tofu, zoete mango en een verrassende dressing. Serveer met knapperig naanbrood en chutney. Je kunt de rijst ook nog even roosteren in de oven, dan heb je een crispy rijstsalade. Schep dan 1 el zonnebloemolie door de rijst en rooster het in 1 laag op een bakplaat 25 minuten op 180 °C.

Ingrediënten voor 4 pers.

- 300 gr basmatirijst
- 300 g geraspte wortel
- 1 mango, in blokjes
- 3 bosuitjes, in dunne ringetjes
- 1 volle hand spinazie
- 400 g amandel sesamtofu
- 2 el maïzena
- 1 el shoyu of tamari sojasaus
- 1 el agavesiroop
- 1 tl knoflookpoeder
- 2 el edelgistvlokken
- 1/2 rode peper
- 6 takjes koriander
- 2 takjes munt
- handje pinda's
- wat sesamzaad

Dressing

- 2 el geroosterde sesamolij
- 50 ml sterke groene thee met citroengras, afgekoeld
- 2 el sojasaus
- sap en rasp van 1 limoen
- 1 el zoete chilisaus



Bereidingswijze

1. Kook de rijst gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Laat afkoelen.
2. Meng de afgekoelde rijst met de geraspte wortel, de mangoblokjes, de bosuiringen (houd een beetje achter voor de garnering) en de spinazieblaadjes.
3. Snij de tofu in blokjes of reepjes en bestrooi met de maïzena. Verhit olie in een koekenpan en bak de tofu hierin krokant.
4. Meng in een kommetje de sojasaus met de agavesiroop, het knoflookpoeder, de edelgistvlokken en de rode peper. Giet dit bij de tofu en verwarm kort mee tot de saus dik en sticky is.
5. Meng alle ingrediënten voor de dressing in een kommetje en roer goed door.
6. Schep het rijstmengsel op een mooie schaal. Verdeel de tofu erover en gameer met koriander, munt, de achtergehouden bosuiringen, pinda's en zwart en/of wit sesamzaad. Serveer de dressing er apart bij.

Deze en meer inspirerende recepten vind je op Odin.nl

Odin

fas

Deze week in jouw kleine groente- en fruitas:

biologische aubergines

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische wortelen

Green Organics in Dronten, Nederland

biologische Romaanse sla

Eko de Eerste in Marknesse, Nederland

biologische komkommer

De Noordhoek in Kapelle, Nederland

biologische Candine appels

UCPT in Paimpol, Frankrijk

biologische Kent mango

Ivoire Organics, Ivoorkust

Week 24