

## Podcast: diversiteit op land, in keuken en cultuur

Odin directeur Merle Koomans en kunstenares Claudy Jongstra in gesprek met Jan Jaap Hubeek over het belang van duurzame biologische voedselproductie en het gebruik van natuurlijke materialen voor kleding.



### Het belang van biologisch

In deze podcast zijn Odin directeur Merle Koomans en kunstenares Claudy Jongstra in gesprek met Jan Jaap Hubeek over het belang van duurzame biologische voedselproductie en het gebruik van natuurlijke materialen voor kleding. Ook het fonds 'New Definitions' komt aan bod.

### Over de Iona Stichting

De Iona Stichting ondersteunt initiatieven die ontstaan vanuit een persoonlijk ideaal. Doel is het bevorderen van geestelijke, culturele en maatschappelijke ontwikkeling. Verbinding, samenhang en creativiteit spelen daarbij een belangrijke rol.

### Een gezonder systeem zonder gif

Merle: "In deze podcast komt een gezamenlijk doel samen: meer diversiteit op het land, in de keuken, in de mode, in ons dagelijkse leven. Een gezonder systeem met minder gif. Met een gezond sociaal, economisch en ecologisch toekomstperspectief. Dat vraagt om creativiteit en ambachtelijkheid. Maar ook kruisbestuiving. Interdisciplinair werken. Keuzes durven maken. En je hebt aanjagers nodig. En ondersteuners. Daarover spraken Claudy Jongstra en ik met Jan Jaap Hubeek in een podcast voor de Iona Stichting. Het was een plezierig gesprek. Hopelijk luistert dat ook zo :-)".

Scan de code en luister de podcast op Soundcloud.

Je kunt dit artikel lezen op [Odin.nl/nieuws](https://odin.nl/nieuws)



## Nectarinetaart

Zoet en aromatisch van smaak. De zoete nectarine is natuurlijk heerlijk om zo uit de hand te eten, maar je kunt deze ook verwerken in vele gerechten. Zoals in deze taart.



### Ingrediënten

#### Voor het deeg

- 300 g gebuild meel of bloem
- 160 g zachte boter
- 2 eieren
- 2 tl wijnsteenbakpoeder
- 2 el oerzoet of suiker
- snufje zeezout
- lage ronde bakvorm van ongeveer 15 cm doorsnede

#### Voor de vulling

- 3-4 nectarines
- 3 el abrikozenjam
- een paar blaadjes verse munt

### Bereidingswijze

1. Meng het meel, het wijnsteenbakpoeder en het zout in een kom.
2. Boter, eieren en oerzoet toevoegen, samen tot een deeg kneden en een uur in de koelkast laten rusten.
3. Halveer de nectarines en verwijder de pit.
4. Hak de munt fijn en meng het met de abrikozenjam
5. Vet de bakvorm in met boter en bestuif met wat meel.
6. Dan 2/3 van het deeg uitrollen en hiermee de vorm bekleden.
7. Oven voorverwarmen op 200 °C.
8. Leg de nectarines met de bolle kant naar boven op de taartbodem leggen.
9. Verdeel de jam over en tussen de nectarines.
10. Bij overgebleven deeg: extra deeg uitrollen en in reepjes snijden.
11. Taart kruislings met deeg afdekken en in ongeveer 45 min goudbruin bakken.
12. Lekker met een bolletje vanille-ijs of een lepel crème fraîche!

Lekkere salade waar je volop mee kan variëren. Koolrabi, venkel en appel in een lekkere combi. Lekker zo of als bijgerecht



### Ingrediënten

- 1 kleine venkelknol
- ½ koolrabi
- 1 appel
- 3 medjoul dadels
- 25 g geraspte kokos
- 50 g yoghurt of kokosstart
- 25 g walnoten
- 1 nectarine
- sap van 1/4 citroen
- beetje zout en peper

### Bereidingswijze

1. Ontdoe de venkel van het groen en hou apart.
2. Snij de koolrabi, appel en venkel in julienne (in dunne reepjes).
3. Ontpit en snij de dadels in kleine stukjes.
4. Rooster de kokos in een droge koekenpan gelijkmatig goudbruin. Doe in een schaal en zet apart.
5. Doe hetzelfde met de walnoten. Rooster in een droge koekenpan en zet apart.
6. Klop een dressing van de yoghurt met het citroensap, wat versgemalen zwarte peper en de helft van de geroosterde kokos.
7. Doe de groente in een mooie schaal.
8. Roer de dressing erdoor en schep de rest van de geroosterde kokos er doorheen. Leg de dadel en appel erop en strooi de noten erover.
9. Verdeel tot slot nog wat venkelgroen en nectarinepartjes erover. Voeg zout en peper naar smaak toe.

Tip: lekker als bijgerecht bij een pitabroodje met kruidige falafel en sla. De venkel of de koolrabi kun je vervangen door fijngesneden kool of selderij. Bospeen en radijs kunnen er ook prima in reepjes doorheen

# Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine fruittas:

*biologische Jonagold appels*

Stoker Organica in Dronten, Nederland

*biologische Valencia sinaasappels*

Rio Tinto Citricos in Villalonga, Spanje

*biodynamische nectarines*

Haciendas Bio in Almeria, Spanje

*biologische Packham peren*

PAI in General Roca, Argentinië