

Suikermaïsteelt past perfect bij onze biodynamische zorgboerderij

De herfst is het seizoen waarbij de mooiste en misschien wel lekkerste gewassen van het land komen. Bij Odin besteden we niet alleen aandacht aan deze bijzondere producten uit het seizoen, maar ook aan het vinden van de juiste leveranciers. In dit artikel spreken we Gerard Brinks over zijn suikermaïs van biodynamische zorgboerderij Thedingshweert in Kerk-Avezaath.

Verse suikermaïs is maar korte tijd verkrijgbaar in het jaar: in september en oktober. Een echt herfstproduct dus, wat door biodynamische zorgboerderij Thedingshweert in Kerk-Avezaath wordt geteeld. Boer Gerard Brinks: "Er zijn verschillende redenen om te kiezen voor de teelt van zaadvaste suikermaïs op Thedingshweert. Waar we als eerste naar kijken is of het gewas wil groeien en geschikt is voor onze rivierklei. Tevens moet het passen in onze vruchtwisseling. Het volgende waar we naar kijken is natuurlijk de afzet: kunnen we de suikermaïs verkopen in onze winkel en aan de Odin Groothandel? Als laatste, zeker niet onbelangrijk op onze zorgboerderij, kunnen onze zorgvragers een bijdrage leveren aan de opkweek, oogst of verwerking van de teelt?"

Combinatieteelt met sperziebonen

Suikermaïs wordt in mei gezaaid. Op Thedingshweert worden de 3 verschillende maïsrassen van Bingerheimer Saatgut gezaaid (vroeg, middel en laat) om de oogst wat te kunnen spreiden. Suikermaïs houdt van warmte en wat vocht. Dat eerste was er voldoende dit jaar, maar regen is er weinig gevallen, waardoor de kolven waarschijnlijk klein zullen uitvallen. Gerard vertelt verder: "Een deel van de suikermaïs combineren we met sperziebonen: deels stamslabonen deels stokslabonen die de suikermaïs gebruiken als steun om omhoog te klimmen. De oogst start zo ongeveer eind augustus en is wel één van de lastige punten bij de teelt van suikermaïs. We rijden met de tractor door of langs de maïs en de goede kolven worden er handmatig uitgeplukt. Het probleem is dan dat je niet honderd procent zeker weet of de kolf voldoende rijp is en goed gevuld, omdat het blad er nog omheen zit. Er zijn wel enige aanwijzingen, zoals een bruine pluim en een afgeronde punt, maar het blijft goed kijken. En als je zelf door de maïs loopt begint je nek te jeuken door de zaadpluimen van de maïs en het scherpe blad tegen je huid. En de vele stengels maken het een ware overlevings- en zoektocht naar mooie suikermaïskolven!"

Passend bij onze biodynamische boerderij

In de veldschuur worden de kolven nog nagekeken, geknipt en geteld voordat ze in de kist naar Odin gaan. Afgekeurde kolven en blad gaan naar de koeien op de boerderij, die zijn daar gek op. "Aan het einde van de oogst worden alle kleine en minder goede kolven geplukt en opgehangen in de veldschuur om te drogen. In de winter worden de gedroogde suikermaïskorrels van de kolven gerist door één van onze zorgvragers, en deze maïskorrels worden vervolgens gepromoveerd tot voer voor onze legkippen. Zo past de suikermaïs uitstekend in onze biologisch dynamische zorgboerderij." Onze prangende vraag aan Gerard luidde of hij zelf fan is van maïs: "Zeker weten, gekookt met alleen een beetje zout en boter! Maar ik vind suikermaïs ook typisch zo'n seizoensgroente: blij met de eerste zoete kolven, maar na een maand heb ik er ook wel genoeg gehad!"

Pik het nieuwe Herfstmagazine op in de winkel, bestel 'm in de webshop of scan de QR-code, en lees de rest van het artikel, andere boeiende verhalen, lekkere recepten en interessante weetjes.



Sierd's burrito met tofu en suikermaïs

Wij vroegen collega en Category Manager Sierd wat zijn favoriete streetfood recept is. Met veel plezier deelt hij zijn recept voor Mexicaanse burrito met tofu. Het liefst maakt hij de kruidenmix zelf, maar de biologische Mexicaanse kruiden van Het Blauwe Huis zijn minstens zo lekker.



Ingrediënten voor 3-6 pers.

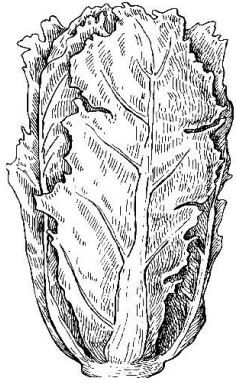
- 1 maiskolf of 2 kleine
- 3 uien, gesnipperd
- 4 teentjes knoflook, fijn gesneden
- 1 paprika, gesneden
- ½ courgette, gesneden
- 250 g tofu, in blokjes
- 2 el biologische Mexicaanse kruiden (Het Blauwe Huis)
- 1 blik tomatenblokjes 400 g
- 1 blik kidneybonen 400 g
- 6 st volkoren tortilla wraps
- 75 g ijsbergsla, gesneden
- 1 avocado, gesneden
- 100 g (vegan) kaas

Bereidingswijze

1. Kook de suikermaïs in ruim water in 20 minuten gaar. Snij de korrels van de kolf.
2. Verhit een wok en voeg de olijfolie toe, fruit hierin de knoflook en de uien.
3. Voeg de courgette en de paprika toe en bak 3 à 4 minuten mee.
4. Voeg de tofu en de Mexicaanse kruidenmix toe en bak dit 3 à 4 minuten mee, goed omscheppen.
5. Voeg tomatenblokjes, maïs en kidneybonen toe en laat het 5 minuten sudderen.
6. Verwarm de tortilla's zoals op verpakking is omschreven.
7. Nu is het tijd om de tortilla's te vullen. Plaats de ingrediënten in het midden van de tortilla met minimaal 3 cm ruimte aan beide kanten in deze volgorde: kaas, avocado, ijsbergsla, burrito groentemix.
8. Rol de tortilla's op en bak ze in de koekenpan tot deze aan beide kanten krokant en licht bruin zijn.

Chinese koolpakketjes met Oosterse paddenstoelen en linzen

Vul mooie grote bladeren van Chinese kool met een Oosters paddenstoelmengsel. Je kunt er, voor een stevigere maaltijd, ook nog zilvervliesrijst bij koken en wat komkommer gemengd met een el zoete chilisaus erbij serveren.



Ingrediënten

- 8 Chinese koolbladeren
- 250 g paddenstoelen
- 1 ui
- 2 teentjes knoflook
- 1 citroen
- 1 el miso
- 250 g linzen uit blik of pot
- 1 el tamari
- 1 tl zeezout
- vers gemalen peper
- handje geroosterde walnoten (fijngenhakt)

Bereidingswijze

1. Stoom de koolbladeren kort totdat ze soepel zijn. De bladeren moet je kunnen vouwen zonder dat ze breken (te hard) of scheuren (te zacht).
2. Wrijf de paddenstoelen schoon met een keukenpapiertje en snij in dunne reepjes.
3. Snij de uien fijn. Hak de knoflook fijn en fruit samen met de ui in olijfolie op laag vuur. Voeg de paddenstoelen toe en bak tot het vocht eruit is en ze mooi goudbruin kleuren.
4. Rasp de citroen. Rasp alleen het gele schilletje. Het witte velletje eronder is te bitter.
5. Voeg de linzen, miso, peper, citroenrasp en tamari toe aan de paddenstoelenmix. Meng alles even goed, omscheppend door en zet dan het vuur uit. Breng eventueel extra op smaak met zeezout.
6. Vul elk koolblad met een flinke lepel paddenstoelenvulling. Vouw het blad dicht. Begin met rollen bij het stengel gedeelte. Herhaal nog 7 keer.
7. Prik het pakketje eventueel dicht met een cocktailprikkertje. Leg de pakketjes in een schaal en bestrooi met de walnoten.
8. TIP: Maak er met rijst en een salade een volwaardige maaltijd van.

Deze en meer inspirerende recepten vind je op Odin.nl

Odin

fas

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biodynamische Chinese kool

De Watertuin in Groeningen, Nederland

biologische groenselderij

Bio Brass in Zeewolde, Nederland

biodynamische pompoen (zaadvast)

Thedinghsweert in Kerk Avezaath, Nederland

biodynamische suikermais (zaadvast)

Thedinghsweert in Kerk Avezaath, Nederland

biologische komkommer

G. van Brakel in St. Annaland, Nederland

biologische Valencia sinaasappels

Groenheuvel in Augrabies, Zuid-Afrika

biologische Santana appels

Boomgaard ter Linde in Oost-Kapelle, Nederland