

Biodynamisch imkeren en inspiratieavonden

23 januari: Start cursus levenskracht in voeding Kraaybekerhof

Wie het interessant vindt om vanuit BD-perspectief naar bijen en de insectenwereld te kijken, zonder voorkennis, beginnend of gevorderd, al dan niet met als doel bijenhoeder te worden: iedereen is welkom. Voor geschoolde imkers is de cursus een waardevolle verdieping. De cursUSDagen combineren theorie en praktijk en worden gegeven door Odin-imker Bas Strijker en andere imkers met jarenlange ervaring in BD-imkeren. Er is veel ruimte voor eigen inbreng en interactie.

Deze cursus wordt gegeven op de Odin-boerderij De Beersche Hoeve in Oostelbeers (NB), bij de Kraaybekerhof in Driebergen, bij Op Hodenpijl (Schipluiden) en op de Warmonderhof (Dronten).

Kijk op onze activiteitenpagina (scan de QR-code onderaan) voor meer informatie over de cursus, locaties, data en hoe je je inschrijft.

'Van bodem tot bord' - Ontmoeten, proeven en beleven

Op dinsdag 27 januari vindt bij de Odin-winkel in Leeuwarden de eerste editie plaats van de Inspiratieavond 'Van bodem tot bord: ontmoeten, proeven, beleven'.

Tijdens deze avond vertellen verschillende sprekers, waaronder Odin-imker Bas Strijker en Theo Boon, manager zaadvaste rassen bij Odin, meer over bijen, biodiversiteit en het belang van zaadvaste rassen. Boer Teun Lujten van Odin-boerderij De Beersche Hoeve vertelt over hun werkwijze met veredeling en vermeerdering. Tussendoor vinden kleine proeverijen plaats, passend bij het thema. En als klap op de vuurpijl krijg je een goodiebag mee naar huis.

De inspiratieavonden zijn gratis toegankelijk en we bieden een avondvullend programma dat draait om beleving, inspiratie en bewustzijn, met een hapje en drankje. In het programma wordt de hele boog van voedsel besproken: van zaad, tot teelt, tot bestuiving.

Begin 2026 worden er meer inspiratieavonden georganiseerd, verspreid door het land. Hou de activiteitenpagina in de gaten!

De inspiratieavond in Breda is al bekend: die avond vindt plaats op 10 februari. De inspiratieavond in Alkmaar is op 13 februari.

De avonden zijn gratis, maar aanmelden is verplicht. Dit kan op de intekenlijst bij de desbetreffende Odin-winkels of via het aanmeldformulier.

Kijk voor deze en andere leuke activiteiten op [Odin.nl/activiteiten](https://odin.nl/activiteiten) of scan deze QR-code

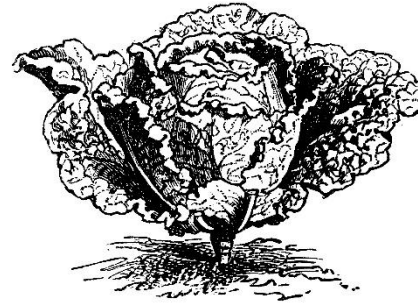


Kleurige stampot met groene kool, pastinaak en feta

Deze kleurrijke stampot zit vol lekkere groenten zoals savooiekool, pastinaak en pompoen. Gecombineerd met de zoutige feta krijg je een verrassend, maar heerlijke stampot.

Ingrediënten

- 750 g oranje pompoen of zoete bataat, geschild en in blokjes
- 1/2 groene kool of savooiekool, in fijne reepjes
- 200 g pastinaak, geschild en in blokjes
- 2 rode uien, gesneden halve maantjes
- 3 takjes tijm of 1 el gedroogde tijm
- 2 el olijfolie
- 1 teen knoflook, fijngenhakt
- 1 el kerriepoeder of ras-al-hanout
- 1 tl gemberwortel, fijn geraspt
- 100 g feta, in blokjes
- 50 g rode paprika, in blokjes
- 50 g paranoten, grof gehakt (cashewnoten, walnoten of hazelnoten kunnen ook)
- zout en peper naar smaak



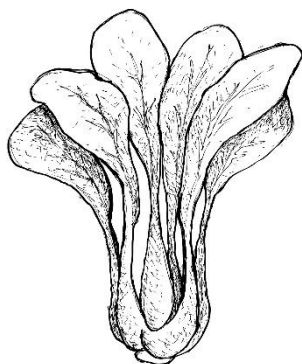
Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 190 °C.
2. Kook de reepjes kool in 15-20 minuten in wat water met zout bijna gaar. Giet af.
3. Kook de pompoen (of zoete bataat) in een andere pan met water zo'n 15 minuten of totdat die ook zacht is. Giet af.
4. Hussel de pastinaak en ui in een kom met wat olie, knoflook, tijm, kerriepoeder, gember en wat zout en peper. Rooster daarna in de oven in 20 minuten beetgaar.
5. Doe de pastinaak, ui, kool, pompoen (of zoete bataat) in een pan bij elkaar en stamp alles met een pureestamper door elkaar. Voeg eventueel wat boter toe om het lekker smeug te maken.
6. Breng op smaak met zout en peper.
7. Strooi de feta erover, de blokjes paprika en de noten.

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

5-spice noedels met paksoi, paprika en mandarijn

Kruidige noedels met knapperige groenten en een fris accentje van mandarijn.
Lekker met wat komkommer of zoetzuur.



Ingrediënten voor 2 personen

- 2 eieren
- 250 g bruine rijstnoedels
- 1 struik paksoi
- 1 rode paprika
- 2 tenen knoflook
- sap van 2 mandarijntjes
- 1 el kokosolie of andere plantaardige olie.
- 1,5 tl 5-spice poeder (Chinees kruidenmengsel)
- 2 el maïzena
- 2 el ketjap manis
- zout en peper naar smaak
- wat gefruite uitjes, chili olie en fijngehakte koriander om te garneren

Bereidingswijze

1. Breng in een pan 500 ml water met 1 tl zout aan de kook. Laat met een lepel de eieren in het kokende water glijden. Voeg na 3-4 minuten de noedels toe tot ze volledig in het water gedrenkt zijn. Breng opnieuw aan de kook en zet dan het vuur iets zachter. Laat gedurende 3-4 minuten koken. Giet de noedels en eieren af in een vergiet en spoel beide af met koud water. Laat even uitlekken.
2. Snij het witte gedeelte van de paksoi in repen en snij het blad fijn. Verwijder de pitjes uit de puntpaprika en snij in reepjes. Pel de knoflook en snij in plakjes.
3. Pers de mandarijnen uit.
4. Roerbak de paprika, samen met het wit van de paksoi 2 minuten in 1 el kokosolie, voeg de knoflook toe en de 5-spicekruiden, roerbak 2 minuten en voeg daarna het groen van de paksoi toe, roerbak 1 minuutje mee.
5. Roer de maïzena met 150 ml koud water tot een papje. Giet het mandarijnsap en de ketjap manis bij de groenten en roer door. Voeg vervolgens beetje bij beetje de maïzenaoplossing toe en kook zachtjes al roerend 2-3 min tot de saus is ingedikt. Proef en voeg evt. zout en peper toe.
6. Roer de noedels erdoor. Pel de eieren en snij ze doormidden. Schep de noedels in diepe bordjes en leg de eieren erboven op. Garneer met gefruite uitjes, crispy chili oil en koriander.

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groentetas:

biologische groene kool

Keltiva in Saint Pol de Leon, Frankrijk

biologische paksoi

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische pastinaak

Arenosa in Lelystad, Nederland

biologische rode paprika

Hortivisa in Nijar, Spanje

biodynamische rode uien

Gaas in Swifterbant, Nederland

Week 4