

Dit is de mooiste manier om oesterzwammen te kweken

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. Voor het herfstmagazine spraken we de leveranciers van 3 bijzondere herfstproducten, afkomstig van mooie plekken: oesterzwammen, tamme kastanjes en suikermais.

In dit stuk: Oesterzwammen van biologische oesterzwamkwekerij De Middelwaard – Loo.

Aandacht voor de oesterzwam en dan vooral de authentieke en biologische teelt van deze paddenstoel, dat is wat telers Martien Reijers en Mirjam Grob graag willen. Sinds 1984 telen zij biologische oesterzwammen op hun gemengde landbouwbedrijf in de uiterwaarden van de Rijn in Loo. Deze bijzondere leverancier van Odin is de enige waar het hele teeltproces op de eigen boerderij plaatsvindt. Het hele proces van grondstoffen tot teelt en oogst doen zij volledig zelf, uniek in Nederland. Alle grondstoffen die nodig zijn om oesterzwammen te telen, zoals stro en hooi, komen van het eigen bedrijf of van collega-boeren uit de buurt. Een puur en ambachtelijk bedrijf, met een bijzonder product waarmee je eindeloos kunt variëren.

Martien startte in 1984 met het telen van oesterzwammen, samen met 2 vrienden. Pionieren zit hem in het bloed en De Middelwaard is onder zijn handen, later samen met Mirjam, gevormd tot een bedrijf dat op geheel eigen wijze is ingericht. Zij onderscheiden zich van andere biologische en ook gangbare kwekers doordat gewerkt wordt met aparte ruimtes voor het (in)groeien en het oogsten van de oesterzwammen. In de ingroeiruimte starten de oesterzwammen met het ontwikkelen van schimmelnetswerken. Op precies het juiste moment brengt een heftruck de stellingen met daarin de zakken met gepasteuriseerd stro, hooi en broed (gekookt graan met de schimmeldraadjes van de oesterzwam), naar de oogstruimte, voordat de knoppen van de oesterzwammen gevormd worden. Door het tussentijds verplaatsen van de stellingen krijgen plagen, insecten en concurrerende schimmels minder kans en zijn alle ruimtes met water schoon te maken, zonder agressieve schoonmaakmiddelen. Ook wordt er gewerkt met broed en niet met halffabricaten. Vergelijk het maar met werken vanuit zaad of met kleine plantjes, waardoor er ook minder kans is op insecten of schimmels die hier al in groeien.

Martien vertelt: "We willen zelf de keuzes maken rondom het proces van oesterzwammen kweken, met biologisch uitgangsmateriaal in biologische landbouw, waarin vertrouwen in elkaars product een belangrijke stelregel is. We verwerken zo'n 80 ton stro per jaar, kweken 150 tot 500 kilo oesterzwammen per week en hebben een grote lokale afzet naar restaurants, winkels en vooral naar Odin. Wij blijven ervan overtuigd dat dit de mooiste manier is om oesterzwammen te kweken, met grondstoffen uit de regio.

Bekijk hier
het magazine
online



Spitskool met appel en rozijnen

Spitskool is een veelzijdige groente. Je kunt 'm rauw of gekookt eten, geroosterd op de bbq of even bakken, zoals in dit recept. Lekker voedzaam met een gestoomde rijst of een ander graan.



Ingrediënten

- 500 g spitskool
- 1 appel
- 1 tl karwijzaad
- 1 tl kerriepoeder
- een handvol rozijnen, geweld
- een stukje gemberwortel, fijngeraspt
- 1 el muntblaadjes, fijn geknipt
- 50 ml kokosroom
- peper en zout
- 50 g gemengde noten, grof gehakt
- 250 g rijst, gierst, bulgur of een ander graan

Bereidingswijze

1. Snij de kool in reepjes.
2. Snij de appel in blokjes.
3. Verhit wat olie in een wok of grote koekenpan en bak de kool ongeveer een kwartier samen met de rozijnen, appelstukjes, gember, kruiden en specerijen en roer het regelmatig om.
4. Voeg de kokosroom toe
5. Kook of stoom ondertussen de gierst, rijst of bulgur gaar.
6. Rooster de noten in een droge koekenpan.
7. Serveer het graan met de kool en strooi er de nootjes over. Voeg peper en zout toe naar smaak.

Met sinaasappel en miso geïllustreerde wortelgroenten

Gewoon een eenvoudig bijgerecht met een chique uitstraling



Ingrediënten

- 500 g gemengde wortelgroente, zoals wortel, pastinaak
- en/of wortelpeterselie
- 2 el miso
- 3 el ahornsiroop
- 100 ml sinaasappelsap
- 2 el sesamolie
- zonnebloemolie of frituurolie
- 8 blaadjes verse salie
- handje geroosterde hazelnoten, fijngehakt
- grof zeezout

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200 C.
2. Maak de groente schoon: schil of schrob ze en snij de kontjes eraf. Snij ze in de lengte in stukken.
3. Klop van de miso, de ahornsiroop, het sinaasappelsap en de sesamolie een sausje.
4. Wentel de wortelgroenten erdoor, leg ze in een ovenschaal en zet die in de oven. Laat ze in een half uurtje goudbruin en gaar worden. Schep ze halverwege een keer om.
5. Ondertussen kun je in een klein steelpannetje een laagje olie verwarmen tot deze heet is en de blaadjes salie daarin kort knapperig frituren. Laat even uitlekken op keukenpapier.
6. Bestrooi de beetgare wortelgroente met een beetje grof zout, de hazelnoten en de blaadjes salie.

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

Odin

fas

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biodynamische spitskool

De Lepelaar in Sint Maarten, Nederland

biologische groenselderij

Bio Brass in Zeewolde, Nederland

biologische pastinaak

Arenosa in Lelystad, Nederland

biologische komkommer

De Noordhoek in Kapelle, Nederland

biodynamische bladpeterselie

De Lepelaar in Sint Maarten, Nederland

biologische elstar appels

Merkens Fruit in Werkhoven, Nederland

biologische bananen

Permare Organic's, Peru

Week 42