

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 halfabricaten. 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.

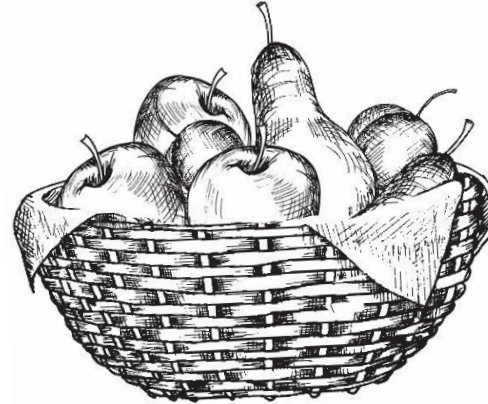
Martien vertelt: "We willen zelf de keuzes maken rondom het proces van oesterzwammen kweken, met biologisch uitgangsmateriaal in biologische landbouw, waarin vertrouwen in elkaars product een belangrijke stelregel is. We verwerken zo'n 80 ton stro per jaar, kweken 150 tot 500 kilo oesterzwammen per week 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



Perencake met gember en kardemom

Een klassieke roombotercake met een herfstige twist van peer en kardemom. Met warme chocolademelk erbij bijvoorbeeld...mmm.



Ingrediënten

- 3 rijpe peren
- 200 g boter op kamertemperatuur
- 200 g suiker
- 4 eieren
- 1 duimgroot stuk gember
- 200 g zelfrijzend bakmeel + een beetje
- 1 el gemalen kardemom
- zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 175 °C.
2. Snij 2 peren in blokjes. Bestuif ze met wat bakmeel.
3. Klop de boter met de suiker in een keukenmachine of met de hand tot een luchtige lichtgele massa. Klop er 1 voor 1 de eieren door. Rasp met een fijne rasp de gember erboven en klop dat er ook door.
4. Meng in een andere kom het meel, de kardemom en een snuf zout. Spatel het door het boter-suikermengsel.
5. Voeg de stukjes peer toe en meng een keer goed, zodat alles mooi verdeeld is.
6. Snij de laatste peer in heel dunne plakjes.
7. Stort het beslag in een met bakpapier bekleed cakeblik, verdeel wat plakjes peer erover en bak de cake in de voorverwarmde oven zo'n 50 tot 55 minuten, of tot de cake gaar is.
8. Controleer of de cake gaar is door er in het midden met een satéprikker in te prikken. Als er geen stukjes deeg aan blijven plakken is je cake klaar.
9. Laat de cake in de bakvorm afkoelen op een taartrooster.

Thaïse curry met broccoli en linzen

Gebruik één van de lekkere en makkelijke currypasta's van OnOff Spices om een snelle en toch voedzame maaltijd te maken. Linzen en cashewnoten voor de eiwitten en een flinke portie groente voor de vitamines. Eet er wat volkorenrijst of naanbrood bij.

Ingrediënten

- 1 grote ui
- 2 tenen knoflook
- 4 verse tomaten
- 4 bospeentjes
- 1 stronk broccoli
- 2 stengels groenselderij
- 2 el panang currypasta
- 250 g rode linzen
- 2 limoenblaadjes
- 165 ml kokosmelk of -room
- zout naar smaak
- handje cashewnoten, even geroosterd
- koriander en limo



Bereidingswijze

1. Snipper de ui fijn. Hak de knoflook ook helemaal fijn. Snij de tomaten in blokjes. Snij de peentjes en groenselderij in schijfjes, de broccoli in kleine roosjes.
2. Verhit olie in een pan en fruit de ui aan. Voeg, als de ui glazig is, de knoflook toe en bak op laag vuur nog een minuutje mee.
3. Voeg de currypasta toe en bak snel even mee. Roer alle groente erdoor en voeg 500 ml water toe. Roer ook de linzen erdoor en de limoenblaadjes. Laat alles zo 20 minuten op een zacht vuurtje pruttelen. Doe nu de kokosmelk erbij en breng weer tot net aan de kook. Laat de curry weer even pruttelen zodat hij dikker wordt. Proef of er misschien nog wat zout bij moet.
4. Strooi de cashewnoten erover en garneer met koriander en limoenpartjes.

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

Odin

fas

Deze week in jouw kleine groente- en fruittas:

biologische broccoli

Bio Brass in Zeewolde, Nederland

biologische courgette

Peeters-Mertens in Neer, Nederland

biologische rode paprika

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biodynamische slamix

Klispoel in Ubbergen, Nederland

biologische bananen

Permare Organic's, Peru

biologische conference peren

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

Week 42