

Odin heeft hoogste aandeel Demeter van alle supermarkten

Dashboard Duurzaamheid Supermarkten vergelijkt supermarkten op duurzaamheid. Odin heeft van alle supermarkten het hoogste aandeel producten met een Demeterkeurmerk. Demeter is het internationale keurmerk voor biodynamische landbouw, dat nog een stap verder gaat dan biologisch. Het wordt door Milieucentraal tot de meest ambitieuze keurmerken gerekend.



Hoogste aandeel Demeter-keurmerk in Odin-schappen

Bijna 18% van alle producten bij Odin heeft het Demeter-keurmerk, wat het hoogst is van alle supermarkten. Naast een milieuvriendelijke en dierwaardige productie legt dit keurmerk voor biodynamische landbouw nadruk op vitale producten, een gesloten kringloop, bodemvruchtbaarheid en biodiversiteit. Hiervoor stelt het keurmerk extra eisen boven biologisch, zoals dat minimaal 10% van de grond als natuur beheerd wordt, dat 80% van het koeienvoer van eigen bodem komt, dat koeien en geiten hun hoorns houden, en dat de stikstofnormen nog lager zijn.

Uit cijfers van Stichting Demeter blijkt dat het areaal aan biodynamische landbouwgrond vorig jaar licht gegroeid is. Ook hebben biodynamische bedrijven een belangrijke educatieve en publieksfunctie, wat blijkt uit het feit dat ze jaarlijks een miljoen bezoekers trekken.

Wouter Wezenbeek, directeur Source & Supply bij Odin: "We willen onderscheidend zijn op het gebied van Demeter en ons assortiment hierin de komende jaren verder uitbreiden, dus mooi om onze inzet hierop terug te zien in het dashboard. Leuk ook dat wij als relatief kleine speler laten zien dat het mogelijk is om hoog te scoren op het meest duurzame voedingskeurmerk van Nederland."

Mooie scores Odin op overige duurzaamheidsindicatoren

Maar liefst 99,45% van de producten bij Odin is biologisch, op producten als zout en wilde vis na. Van alle eiwitten in de producten van Odin is 67,1% van plantaardige herkomst, wat de hoogste score is van alle supermarkten. Dit is belangrijk omdat de milieubelasting van de productie van dierlijke eiwitten erg hoog is.

"Goed om deze scores te zien" aldus Merle Koomans van den Dries, algemeen directeur.

"Wij willen dat je met elke euro die je bij Odin besteedt, bijdraagt aan vitale voeding, gezonde landbouw, meer biodiversiteit, een betere leefomgeving voor mens en dier en eerlijke prijzen voor boeren en producenten. De cijfers in het Dashboard Duurzame Supermarkten laten zien waar we goed scoren op duurzaamheid, maar dagen ook uit om verder te verbeteren."

Lees het hele artikel op [Odin.nl/actueel](https://odin.nl/actueel) of scan de QR-code



Chinese koolpakketjes gevuld met paddenstoelen

Met deze pakketjes van koolblad met een hartige vulling van paddenstoelen, noten en crème fraîche zet je een verrassing op tafel. Lekker als bijgerecht, maar ook prima als vegetarisch hoofdgerecht met een frisse salade.



Ingrediënten voor 4

- 8 Chinese koolbladeren
- 250 g paddenstoelen
- 2 uien
- 2 teentjes knoflook
- 50 g gepelde walnoten
- 1 citroen
- 2 tl honing
- 1 tl zeezout
- vers gemalen peper
- 4 el crème fraîche
- 2 el olijfolie

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 keukenpapierje 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 ze lichtbruin kleuren.
4. Hak de walnoten.
5. Rasp de citroen. Rasp alleen het gele schilletje. Het witte velletje eronder is te bitter.
6. Voeg de noten, zout, peper, citroenrasp, honing en crème fraîche toe aan de paddenstoelenmix en zet het vuur uit.
7. Vul elk koolblad met een flinke lepel paddenstoelenvulling. Vouw het blad dicht. Begin met rollen bij het stengel gedeelte. Herhaal nog 7 keer.
8. Prik het pakketje eventueel dicht met een cocktailprikkertje.

Tip: Leg de rolletjes in een ovenschaaltje, rasp er belegen kaas over en zet het nog 5 minuutjes in een hete oven.

Recept op [Odin.nl](https://odin.nl)



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

Salade van geroosterde spruiten en pompoen met granaatappel

Lekkere salade voor de koudere maanden. Ook uitermate geschikt voor in je lunchtrommel. Bovendien een plaatje om te zien!



Ingrediënten

- 250 g pompoen
- 250 g spruiten
- 1 el olijfolie
- 1 tl speculaaskruiden
- zout en peper
- 100 g quinoa
- 1/2 granaatappel
- 2 verse vijgen
- 30 g walnoten

Ingrediënten voor de dressing

- 1 sjalotje of klein rood uitje
- 2 el appelazijn
- 3 el olijfolie
- 1/2 tl mosterd
- 1 tl ahornsiroop of honing

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven op 200 °C. Leg een vel bakpapier op een bakplaat.
2. Schil de pompoen, haal de pitten eruit en snij in dobbelsteentjes. Maak de spruiten schoon en snijd ze in halpjes of hele grote in vieren. Doe spruiten en pompoenblokjes in een grote kom en voeg de olie en speculaaskruiden toe en wat zout en peper. Meng door elkaar. Verdeel over de bakplaat.
3. Zet 20 tot 25 minuten in de oven. Schep de groente halverwege een keer om.
4. Kook de quinoa volgens de gebruiksaanwijzing en laat even staan.
5. Haal de granaatappelpitjes uit de schil.
6. Snij de vijgen in partjes.
7. Rooster de walnoten in een droge koekenpan, breek ze, als ze zijn afgekoeld in kleinere stukjes.
8. Maak de dressing: Snipper het uitje heel fijn, schenk er de appelazijn over en laat 10 minuten staan. Klop dan de rest van de ingrediënten erdoor.
9. Schep de quinoa, vijgen en granaatappel door de geroosterde groente, schenk de dressing erover en leg de noten erop.

Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine groente- en fruittas:

biodynamische oranje pompoen zaadvast

De Beersche Hoeve in Oostelbeers, Nederland

biologische Chinese kool

Peeters Mertens in Neer, Nederland

biodynamische radijsjes zaadvast

Be Leaf in 's Gravezande, Nederland

biodynamische gele uien zaadvast

Gaos in Switserbant, Nederland

biologische Valencia sinaasappel

Sun River Citrus in Sun River Valley, Zuid Afrika

biodynamische granaatappel

Camposeven in San Pedro del Pinatar, Spanje