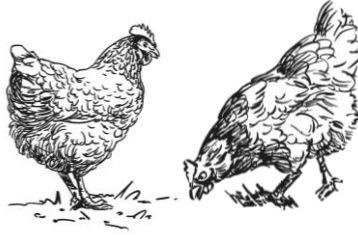


Biologisch kippenvlees van Huis ter Mee

Joris Kemper vertelt in de serie: "Hoe is het met de dieren?" hoe het er bij Kemperkip aan toe gaat. Een variant op dit artikel heeft eerder in het Odin Herfstmagazine gestaan.



Dierenwelzijn vanaf geboorte centraal

"Bij KemperKip staat dierenwelzijn vanaf de allereerste levensfase centraal," vertelt Joris Kemper. "Onze aanpak is geworteld in ambachtelijke tradities, maar altijd in lijn met moderne biologische standaarden. Van het moment dat de kip geboren wordt tot aan de distributie, blijft zorg voor het dier de rode draad.

Onze eendagskuikens worden geboren in een biologische broederij. Daarbij gebruiken we alleen eieren van biologische moederdieren. Het transport naar de pluimveehouders doen we zelf, met speciaal opgeleide medewerkers. Doordat we de hele keten in eigen hand hebben, kunnen we maximale kwaliteit en diervriendelijkheid garanderen."

Tijdens de opfokfase wordt bewust meer tijd genomen

"Onze biologische kippen groeien bijna twee keer zo langzaam op als reguliere kippen," zegt Joris. "Dat draagt niet alleen bij aan steviger en smaakvoller vlees, maar ook aan een diervriendelijke leefwijze. Het voer dat ze krijgen is volledig biologisch en plantaardig, en bevat geen dierlijke toevoegingen, preventieve antibiotica of krachtvoer. Minstens 65 procent bestaat uit biologische granen."

Ook de leefomgeving is van groot belang

"De hokken die we in eigen beheer hebben, beschikken over vloerverwarming, zodat de temperatuur altijd optimaal is voor de kippen. Daarnaast zijn de verblijven ruim en luchtig, met strooisel en natuurlijk daglicht. Onze kippen hebben vrije uitloop, waardoor ze overdag kunnen rondscharrelen, hun eigen ritme volgen en een natuurlijk dag- en nachtritme hebben.

Het slachten van de dieren gebeurt bij ons op semi-ambachtelijke wijze. Onze kippen worden met veel precisie en zorg grotendeels handmatig versneden en verwerkt. Daarna koelen we het vlees met droge lucht. Deze methode zorgt ervoor dat de kwaliteit optimaal blijft, en dat proef je terug in de smaak en de textuur."

KemperKip waarborgt volledige traceerbaarheid van het vlees. "Wij werken met de Boercode: een combinatie van het boernummer en het koppelvolumnummer. Daarmee is elk product volledig traceerbaar van boer tot consument. Zo blijft de herkomst altijd transparant."

Bekijk (en bestel) hier het assortiment van KemperKip/Huis ter Mee:



Rode bieten met gember en rozijnen

Bieten met gember, dat is een goeie boost voor je immuunsysteem. Als er kinderen mee-eten, doe je wat minder gember erdoor.



Ingrediënten

- 1 à 2 cm verse gember
- 2 rode bieten
- 2 el olijfolie
- handje rozijnen
- zeezout naar smaak

Bereidingswijze

1. Schil de gember en rasp of hak fijn.
2. Schil de bieten met een dunschiller en rasp ze op een grove rasp.
3. Verhit wat olie en roerbak de gember en de bietenrasp even een paar minuten.
4. Voeg de rozijnen toe en een klein scheutje water.
5. Stoof alles nog in 5 à 10 min gaar. Voeg zout naar smaak toe.

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

Traybake met kip, pompoen en couscous

Snelle en makkelijke manier om een maaltijd op tafel te zetten. Je kunt er allerlei restjes groente in kwijt. Wortel, zoete aardappel, mais, aubergine, broccoli. Je mikt vanalles door elkaar op een bakplaat. Ik bekleed die altijd wel even met bakpapier (PFAS-vrij!) en kook hardere groente zoals spruitjes of wortel even een paar minuten voor.

Deze keer serveren we het met couscous.



Ingrediënten

- 400 g pompoen, ontpit en in parten
- 200 g bloemkool
- 2 rode uien
- 400 g kipfilet of kipdijfilet
- 2 el olijfolie
- 2 el ras-el-hanout
- 1 el oregano
- grof zeezout naar smaak
- 225 g couscous
- 300 ml kippenbouillon
- 8 cherry tomaten
- 1 jalapeñopeper
- 1 rode ui
- 1 el limoensap
- 1 tl honing
- bosje verse koriander

Bereidingswijze

1. Snij de pompoen in blokjes van 3x3 cm.. Snij de bloemkool in kleine roosjes en de rode ui in grove stukken. Snij de kip in blokjes. Meng alles in een grote kom met de olijfolie, wat zeezout, ras-el-hanout en oregano. Spreid alles uit op een bakplaat. Rooster dit 20-30 minuten in een hete oven op 200 C. Schep een paar keer om. Voeg bij de laatste keer omscheppen de kikkererwten toe.
2. Snij ondertussen de cherry tomaatjes en jalapeño in kleine stukjes, snipper de ui en snij de koriander fijn. Meng dit met het limoensap en de honing.
3. Verhit intussen de kipbouillon en schenk dit over de couscous. Dek af met huishoudfolie zodat de couscous het vocht kan opnemen. Roer voor het opdienen door met een vork.
4. Als de groenten en kip mooi goudbruin geroosterd zijn, schep je de couscous op een bord. Schep de traybake op de couscous en schep het tomaat-koriandermengsel erbij.
5. Lekker met een schep yoghurt en pitabroodjes.

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groentetas:

biologische bloemkool

Bio Brass in Zeewolde, Nederland

biodynamische oranje pompoen

De Watertuin in Groenningen, Nederland

biodynamische rode bieten

De Lepelaar in St. Maarten, Nederland

biologische cherry Roma tomaten

Eco Sur in Rincon de la Victoria, Spanje

biodynamische eikenbladsla

Biogarden in Bellegarde, Frankrijk

Week 45