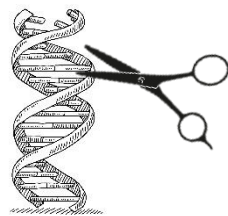


GENTECH-ALERT!

Maandag 1 december klonk er om 12 uur weer een landelijk NL-alert. Goed dat de overheid ons wakker houdt voor onze veiligheid. Maar wie waarschuwt ons voor het gevaar dat onze voedselketen bedreigt? Daarom geven wij nu ons eigen alert voor keuzevrijheid, autonomie en de toekomst van voedsel in Europa.



Al maanden werkt de EU namelijk aan een versoepeling van de gentechregels voor technieken waarbij op DNA-niveau aan planten wordt gesleuteld. Onder voorzitterschap van Denemarken, en met volle steun van de Nederlandse regering, wordt dit plan voor het toestaan van gentech in ons voedsel er nu in razend tempo doorheen gedrukt. De onderhandelingen in Brussel worden naar verwachting nog voor kerst afgerond.

Geen keuze voor gentechvrij

Wil je geen gentech op je akker of op je bord? Pech! Die keuze wordt je straks vrijwel onmogelijk gemaakt. In het huidige voorstel is geen traceerbaarheid geregeld, is geen bescherming voor gentechvrije gewassen ingebouwd en vindt de Europese Commissie etikettering simpelweg niet nodig.

Patenten op planteneigenschappen toegestaan

Daarbovenop zet de EU de deur wijd open voor patenten op natuurlijke planteneigenschappen. Buitenlandse multinationals kunnen daarmee straks de bron van ons voedsel monopoliseren. Een sprankelend kerstcadeau voor het Chinese staatsbedrijf Peng, Bayer en Syngenta. Niet voor Europese burgers.

Geen voedselsoevereiniteit

Als we dit laten gebeuren, verliezen we meer dan alleen keuzevrijheid. Dan raken we onze voedselsoevereiniteit kwijt, overgeleverd aan bedrijven die winst boven mensen, boeren en biodiversiteit plaatsen. En laat dit duidelijk zijn, zaadgoed is de basis van elk gerecht dat we eten. Wie het zaad controleert, controleert het voedsel.

Dus, wat staat er op het spel?

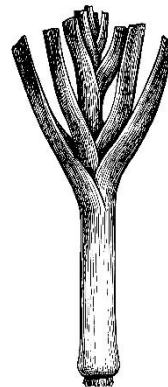
- Zaadgoed als bron van ons voedsel
- Keuzevrijheid van consumenten
- Autonomie van boeren en veredelaars
- Ecologie en integriteit van planten
- Transparantie in de voedselketen

Maar het is nog niet te laat! Dit is het moment om duidelijk te maken dat burgers meekijken, en dat wij geen ongecontroleerde, ongeëtiketteerde gentech op ons bord accepteren. Wij kiezen voor diversiteit, transparantie en keuzevrijheid. Jij ook? Deel dit bericht. Spreek je uit. Meer weten of in actie komen? Ga naar Mijnetenmijnkeuze.nl of scan de QR-code.



Aardappel-preisoep met groentechips

Deze soep noem je ook wel vichyssoise: Romige aardappel-preisoep. Wordt 's zomers vaak koud gegeten, maar in dit jaargetijde laat je 'm lekker warm. En met een krokantje erop is ie extra feestelijk. Deze soep is natuurlijk ook goed te maken met plantaardige ingrediënten. Gebruik dan groentebouillon, een dubbele hoeveelheid haver- of sojacuisine (geen melk) en neem milde olijfolie om prei en ui in te bakken.



Ingrediënten voor 4-6 personen

- 400 gram prei
- 1 ui
- 50 gram roomboter of olie
- 250 gram kruimige aardappels
- 600 ml kippenbouillon (of groentebouillon)
- 1 laurierblaadje
- 125 gram crème fraîche
- 100 ml volle melk
- zeezout & zwarte peper
- handje groentechips of aardappelchips
- peterselie of dille

Bereidingswijze

1. Halveer de prei in de lengte, was goed onder de kraan en snij fijn.
2. Snipper de ui.
3. Bak de prei en de uisnippers 15 à 20 minuten op een laag vuur in een grote pan met dikke bodem en een deksel. Af en toe omscheppen tot de groenten zacht maar niet bruin zijn.
4. Schil ondertussen de aardappelen, snij in kleine blokjes en voeg toe aan de prei. Een paar minuten meebakken, af en toe omscheppen.
5. Voeg de bouillon, het laurierblaadje en versgemalen peper toe. Kook op een laag vuur de aardappels gaar, dat duurt ongeveer 20 minuten.
6. Haal het laurierblaadje eruit en pureer de soep met 100 g crème fraîche en de melk totdat het een mooie gladde soep is geworden. Even proeven en op smaak brengen met zout en peper.
7. Garneer de soep met nog een schepje crème fraîche, strooi er wat groente- (of gewone) chips over en wat peterselie of dille.

Deze en meer inspirerende recepten vind je op 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 kleine groente- en fruittas:

biodynamische oranje pompoen

De Watertuin in Groeningen, Nederland

biodynamische prei

De Watertuin in Groeningen, Nederland

biodynamische spitskool

De Lepelaar in St. Maarten, Nederland

biologische avocado Hass

Natural Tropics in Vélez Málaga, Spanje

biologische dalínco appels

Grandia in Meteren, Nederland

biologische Doyenne du Comice peren

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland