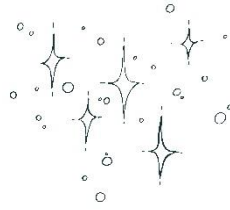


De Twaalf Heilige Nachten

De tijd buiten de tijd. Wanneer de sluier tussen de werelden dun is en hemel en aarde dicht bij elkaar komen. Een tijd voor reflectie en bezinning. We duiken in de mystiek van de twaalf heilige nachten en de antroposofische kijk daarop.



Van oorsprong worden de twaalf heilige nachten gezien als een tijd buiten de tijd, ook wel 'de tijd die over is' genoemd. De tijd werd vroeger in maan-maanden gemeten (één maand is gelijk aan één cyclus van de maan), die gemiddeld 29,5 dagen per maand duren. Dat zijn 354 dagen per jaar. Een jaar gerekend naar één rondje van de Aarde om de zon is 365 dagen. Daartussen zit een verschil van 11 dagen en 12 nachten. Dat is als het ware een tijd die stilstaat; waarin het maan-jaar geëindigd is, maar het nieuwe zonnejaar nog niet is begonnen. Volgens de oude Noord-Europese tradities is dit een schemertijd, waarin de sluiers tussen de werelden dun is en contact met 'de andere zijde' of de spirituele wereld makkelijker voelbaar is. Een tijd waarin hemel en aarde samenkomen (denk aan het bekende kerstliedje: 'midden in de winternacht ging de hemel open'). Het is een periode om net als de natuur helemaal stil te worden en je te richten op reflectie en bezinning. Reflectie op het jaar dat je achter je laat en bezinning op waar je in het jaar dat komen gaat je aandacht en energie aan wilt geven.

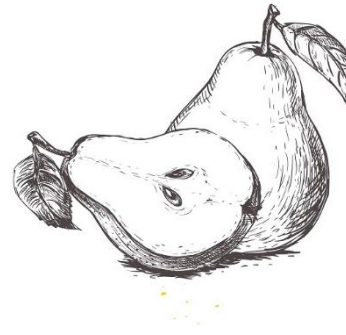
Terugkijken en vooruitblikken

Naar verluidt zijn je dromen tijdens deze tijd extra helder zijn en kunnen ze een voorspellend karakter hebben. Ze kunnen boodschappen bevatten en inzicht geven, zowel over je afgelopen jaar als voor het nieuwe jaar. Men zegt ook dat elke nacht samenhangt met één maand in het jaar. Dus de eerste nacht vertelt je iets over wat je in de maand januari in het afgelopen jaar hebt moeten verwerken én een thema, gevoel of impressie van wat er in de eerste maand van het nieuwe jaar in jouw leven tot ontplooiing wil komen. De tweede nacht gaat dan over februari, en ga zo maar door. Als je benieuwd bent naar wat jouw dromen tijdens de heilige nachten je te vertellen hebben, leg dan een boekje met pen naast je bed en schrijf direct je dromen op als je wakker wordt.

Naast extra oplettendheid rondom je dromen, kan het ook helpen om gedurende de dagen van de twaalf heilige nachten de tijd te nemen om in een mooi opschrijfboekje reflectievragen aan jezelf te stellen. Neem dan bijvoorbeeld de eerste helft van de periode om terug te blikken op het afgelopen jaar: wat was er voor jou belangrijk, waar ben je blij en dankbaar voor, wat heb je geleerd, waar ben je tegenaan gelopen en welke dingen wil je graag in het oude jaar achterlaten? De tweede helft, wanneer het nieuwe jaar eenmaal is aangebroken, kan je gebruiken om te reflecteren op welke dingen je graag in dat nieuwe jaar zou willen uitnodigen in je leven. Welk thema is voor jou dit komende jaar belangrijk, waar wil je je op richten, welke talenten wil je ontwikkelen en wat wens je jezelf toe? Neem de tijd om zaadjes in jezelf en je bewustzijn te planten, die je in de rest van het jaar tot bloei wil laten komen.

Tiramisu met stoofpeertjes en speculaas

Een heerlijk dessert met kruidige stoofperen en speculaas. Als je een kleinere vorm gebruikt zou je ook meerdere laagjes kunnen maken. Je kunt dit ook in glazen of ijscoupes serveren, maar zo'n grote schaal op tafel zetten heeft ook wel iets gezelligs. Je geeft er dan voldoende lepels bij en iedereen schept gewoon allemaal direct uit de schaal. Het hoeft soms niet zo formeel...



Ingrediënten

- ongeveer 20 speculaasjes
- 500 g gare stoofpeertjes met het stoofvocht (op Odin.nl vind je het recept [Heerlijke stoofpeertjes](#))
- 500 g mascarpone
- 400 g slagroom
- 1 zakje vanillesuiker
- handje kruidnoten of extra speculaasjes

Verder nodig

- grote schaal van ongeveer 16 x 22 cm
- evt. spuitzak voor slagroom

Bereidingswijze

1. Doop de speculaasjes een paar tellen in het stoofperenvocht en beleg de bodem van je schaal ermee.
2. Klop de mascarpone een beetje los met een garde.
3. Klop in een andere kom de slagroom met de vanillesuiker stijf. Schep voorzichtig de slagroom door de mascarpone.
4. Schep een laagje mascarponeroom op de koekjes.
5. Snij wat stoofpeertjes in partjes en leg een laagje op de room. Schep (of spuit met een spuitzak en een grof spuitmondje) de rest van de mascarpone op de peertjes. Laat de tiramisu minimaal 2 uur in de koelkast opstijven.
6. Strooi tot slot nog wat kruidnoten of verkruimelde speculaasjes en peerpartjes op de room.
7. Zet de schaal op tafel, geef iedereen een lepel en geniet!
8. Of serveer het in laagjes in mooie grote glazen of coupes, ook heel feestelijk!

Deze en meer inspirerende recepten vind je op Odin.nl

Salade met boerenkool, spruitjes, bataat, sinaasappel en ricotta

Een prachtige, verwarmende winterse salade met palm- of boerenkool. Je bakt de kool even zodat ie iets zachter wordt en met bietjes, sinaasappel, granaatappel, nootjes, ricotta en de frisse mandarijndressing is het een ware smaaksensatie!



Ingrediënten

- 500 g zoete bataat
- 250 g spruiten
- 500 g palmkool of boerenkool
- 1 el olijfolie
- 1 bloedsinaasappel
- 1/2 granaatappel
- 50 g pecannoten, even geroosterd
- 200 g ricotta of een vegan alternatief

Ingrediënten voor de dressing

- 2 mandarijnen
- 1 tl mosterd
- (evt 1 tl gembersiroop)
- 50 ml olijfolie

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Was de zoete bataat, dep droog en snijd in gelijke stukken van ca. 3 à 4 cm. Doe de stukken zoete bataat in een kom en meng met de olie, paprikapoeder, komijn, knoflook en peper en zout. Verdeel over een bakplaat met bakpapier of grote ovenschaal en zet ca. 20 minuten in de oven. Schep tussendoor een of twee keer om. Check met de punt van een mesje of ze al goed gaar zijn.
3. Kook de spruiten in een laagje water beetgaar in zo'n 15 minuten. Laat uitdampen en afkoelen.
4. Snij de dikke nerven uit de kool en was de rest in een vergiet. Dep droog met een theedoek, snij in reepjes en roerbak ze in wat olijfolie, de kool moet nog groen en knapperig blijven, maar niet meer zo stug en taai zijn.
5. Snij de schil (inclusief het wit) van de sinaasappels. Met een scherp mesje kun je nu de partjes uit de schil snijden. Vang het sap op.
6. Haal de granaatappelpitjes los, verwijder witte velletjes.
7. Voor de dressing pers je de mandarijntjes uit (voeg ook het opgevangen sinaasappelsap toe) en klop je er met de olijfolie, mosterd (en gembersiroop) een dressing van.
8. Maak de schaal op met de kool, bataatstukjes, sinaasappel, granaatappelpitten en de geroosterde pecannoten. Schep dotjes ricotta op de salade en schenk er als laatste de dressing overheen.

Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine groente- en fruittas:

biologische spruiten

Bos Bio in Dronten, Nederland

biologische zoete bataat

De Waag in Neer, Nederland

biologische Grieser Wildeman stoofperen

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biodynamische mini Romana sla

Camposeven in San Pedro del Pinatar, Spanje

biodynamische Moro bloedsinaasappels

Salamita Coop. in Barcellona Pozzo di Gotto, Sicilië

biodynamische elstar appels

Augustin in Jork, Duitsland