

Een kromme banaan met een rechte prijs

Herhaling actieweek 'True Price'-bananen!

Bananen zijn het meest verhandelde fruit ter wereld en voor duizenden boeren vormen ze een essentiële bron van inkomsten. Voor veel bananen wordt niet eerlijk betaald. Daarnaast gaat de bananenteelt gepaard met nieuwe sociale- en ecologische uitdagingen, onder andere door klimaatverandering.



True Price-project

Odin betaalt bananenproducent APPBOSA een goede prijs, maar voor aanpassingen in de teelt is extra geld nodig. Om samen de uitdagingen in de bananenteelt aan te pakken, doen we mee aan een 'True Price-project'. Odin zet zich in voor een duurzame en toekomstbestendige bananenteelt. Ook jij kunt helpen! Tijdens de tweede 'True Price Week' (2 t/m 8 maart) maak je met een kleine bijdrage een groot gebaar!

De vorige 'bananenweek' heeft bij Odin ruim 9.000 euro opgeleverd in het fonds, maar we zijn er nog niet, vandaar dat we de 'kromme banaan met een rechte prijs'-actieweek nog een keer herhalen.

"Dit soort projecten zijn erg belangrijk en passen heel goed bij ons", zegt Sierd Hettema, Category Manager AGF bij Odin. "Het zorgt voor extra aandacht en bewustwording, daarnaast is ons uitgangspunt altijd om een lange samenwerking op te zetten met onze telers. Door te investeren in de plantage kunnen problemen worden aangepakt en de plantage toekomstbestendig worden gemaakt."

Waarom een duurzame prijs nodig is

De boeren van APPBOSA ontvangen minimaal \$15,55 per doos bananen, de hoogste prijs in hun regio. Echter is dat niet altijd voldoende om de dalende opbrengsten en stijgende kosten volledig te compenseren, daarom is het True Price-project zo belangrijk. Door te investeren in duurzamere landbouw kunnen we ervoor zorgen dat boeren een leefbaar inkomen blijven verdienen en de bananenteelt weer toekomstbestendig wordt.

Wat kun jij doen?

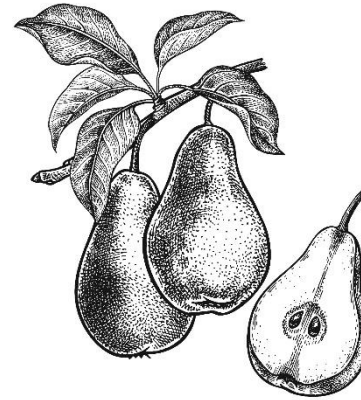
Als consument kun je een verschil maken door bewuster te kiezen. Tijdens de 'True Price Week' (2 t/m 8 maart) betaal je per kilo biologische bananen €1,00 meer bij de Odin-winkels. De volledige meeropbrengst tijdens deze actieweek gaat rechtstreeks naar de telers, zodat ze kunnen investeren in nieuwe bananenbomen, bodemverbetering en efficiëntere irrigatiesystemen. Dit helpt hen om op lange termijn meer bananen te produceren met minder water en maakt hun plantages duurzamer en toekomstbestendiger, waardoor de huidige bananenprijs kan worden behouden.

Kijk op [Odin.nl/nieuws](https://odin.nl/nieuws) of scan de QR-code voor meer info.



Vegan 'boterkoek' met peer en rozemarijn

Vegan boterkoek? Ja! Deze met peer en kruidige rozemarijn smaakt net zo goed! Bak hem in een browniebakvorm en snij er kleine vierkantjes van.



Ingrediënten

- 1 peer
- 2 takjes rozemarijn
- 250 g fijne tarwebloem
- 250 g vegan margarine (blok)
- 100 g suiker
- 2 zakjes vanillesuiker
- 1 el sojadrink
- 1 el ahornsiroop
- 20 g amandelschaafsel

Verder nodig

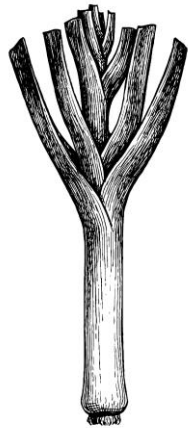
- bakvorm 18 x 18
- bakpapier

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 175 C.
2. Snij de peer in kleine blokjes en hak de rozemarijnnaaldjes fijn.
3. Meng de bloem, boter en beide suikers met een mixer met deeghaken of met de hand tot een stevig deeg. Voeg de blokjes peer en rozemarijn toe en meng goed.
4. Leg het deeg afgedekt een half uurtje in de koelkast.
5. Leg het deeg dan in een met bakpapier beklede bakvorm (18x18cm) en druk het met je hand of met een deegroller uit tot een dikte van ongeveer 2 cm.
6. Meng de sojadrink met de ahornsiroop en kwast de bovenkant van de koek ermee in.
7. Strooi er het amandelschaafsel over.
8. Bak de koek ongeveer 30 minuten in de oven.
9. Laat hem zeker een paar uur afkoelen. Snij hem daarna in blokjes.

Aardappel-preisoep

Budgetvriendelijke soep die lekker vult en verwarmt. Met desembrood en kruidenboter is het een heerlijk maaltje.



Ingrediënten voor 4 personen

- 50 g boter
- 1 ui, fijngesneden
- 2 preien, in smalle ringen
- 2 tenen knoflook, geperst
- ½ tl chilivlokken
- 1 tl gedroogde dragon
- 700 g aardappels, geschild en in stukken
- 1 ltr groentebouillon
- peper en zout
- 30 g zonnebloempitten, even geroosterd
- scheutje tamari
- 3 el geraspte pittige kaas
- 4 el crème fraîche

Bereidingswijze

1. Verhit de boter in een pan op laag vuur. Bak de ui en de preien in 10-15 min. onder af en toe omscheppen glazig. Voeg de knoflook, de chilivlokken en dragon toe en schep ze nog ± 5 minuten om. Voeg de stukken aardappel toe en schep ze 2 min. om.
2. Voeg de bouillon toe en breng hem aan de kook. Laat de soep ± 40 min. trekken tot de aardappels helemaal gaar en zacht zijn. Neem de soep van het vuur en pureer de soep glad. Verdun eventueel met nog wat bouillon of water. Breng op smaak met zout en peper. Houd de soep warm op laag vuur.
3. Verhit een koekenpannetje en rooster daar de zonnepitten in. Blus af met de tamari. Zet direct het vuur uit.
4. Verdeel de soep over kommen en maak af met een lepel crème fraîche, wat geraspte kaas en zonnepittjes.

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

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biologische prei

Peeters Mertens in Neer, Spanje

biologische groene kool

Keltivia in St. Pol de Leon, Frankrijk

biodynamische wilde wortelen

Bio Romeo in Ens, Nederland

biologische komkommer

Eco Sur in Benahadux, Spanje

biodynamische eikenbladsla

Biogarden in Bellegarde, Frankrijk

biologische doyenne du comice

Boomgaard ter Linde in Oostkapelle, Nederland

biodynamische topaz appels

Augustin in Jork, Duitsland

Week 9