

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?

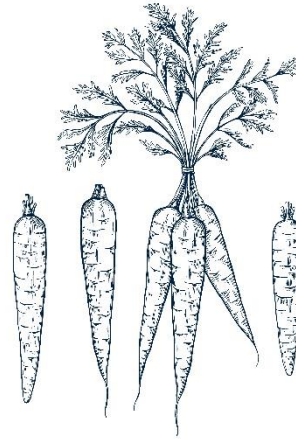
Als consument kun je een verschil maken door bewuster te kiezen. Tijdens de 'True Price Week' (2 t/m 8 maart) betaal je per kilo biologische bananen €1,00 meer bij de Odin-winkels. De volledige meeropbrengst tijdens deze actieweek gaat rechtstreeks naar de telers, zodat ze kunnen investeren in nieuwe 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.



Geroosterde wortelsalade met sinaasappel-maanzaaddressing

Ook in de winter is een salade een fijne toevoeging aan je maaltijden. Maak er een feestje van kleur op je bord van!



Ingrediënten voor 4 personen

- 4 wortels
- 2 el olijfolie
- 2 tl ras-el-hanout
- grof zeezout
- 1/8 van een rode kool, klein kropje radicchio of rode Romanasla
- 1 sinaasappel
- 50 g rucola
- 1 klein handje macadamianoten of amandelen
- 90 g (vegan) blauwschimmelkaas
- 2 el gepofte amaranth

Ingrediënten voor de dressing

- sap van 1 (bloed)sinaasappel
- 1 tl mosterd
- 60 ml olijfolie
- 1 el maanzaad

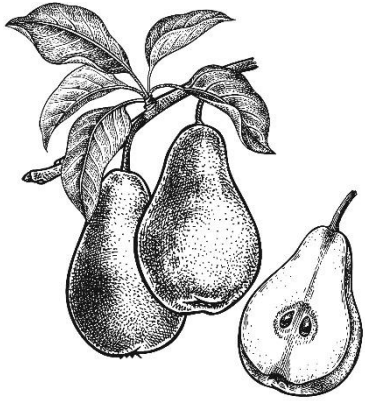
Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Schrob de wortelen schoon, snij in blokjes en meng de blokjes met olie, ras-el-hanout en een snuf zout. Spreid uit in 1 laag op een met bakpapier beklede bakplaat.
3. Rooster ze in de oven in ongeveer 15 minuten goudbruin. Schud halverwege even om.
4. Schil de sinaasappel dik (dus schil met wit) en snij in het vruchtvlees in stukjes. Vang het sap op.
5. Schud de ingrediënten voor de dressing in een jampotje of flesje tot een lobbige emulsie.
6. Snij de rode kool (of sla) in heel fijne reepjes, meng met de rucola.
7. Leg alles mooi op een schaal, strooi de sinaasappel, noten, blauwschimmelkaas en amaranth eroverheen en schenk wat van de dressing erover.

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

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 rozemarijnaanaldjes 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.

Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine groente- en fruittas:

biodynamische groenselderij

Camposeven in San Pedro del Pinatar, Spanje

biodynamische wilde wortelen

Bio Romeo in Ens, Nederland

biologische puntpaprika

Hortiverfisa in Nijar, Spanje

biodynamische rucola

Bio Latina in Sabaudia, Italië

biologische doyenette du comice peren

Boomgaard ter Linde in Kapelle, Nederland

biologische jonagold appels

Grandia in Meteren, Nederland

Week 9