

## Zaadgoed van de toekomst

Nieuw in ons Odin assortiment: biodynamische zaadvaste zaden van Bingenheimer Saatgut. Bijzondere zadjes met liefde geteeld door 93 tuinders, waaronder ook onze Odin boerderij De Beersche Hoeve. Wil jij ook zorgdragen dat de enorme rijkdom en diversiteit aan zaadsoorten blijft bestaan? En dat er tegelijkertijd nieuwe zaadvaste rassen kunnen worden ontwikkeld? Zonder gebruik van hybride veredeling, patenten of gentechnologie? Kies dan het Bingenheimer zaadgoed voor de velden en tuinen van de toekomst.

### Zaadleverancier Bingenheimer Saatgut

"Keep the organic spirit alive", met deze woorden opent de nieuwe Bingenheimer Saatgut catalogus dit jaar. Het vat mooi samen wat het doel en ideaal van deze Duitse zaadleverancier is: "Om onafhankelijke biologische landbouw op lange termijn mogelijk te maken, moeten zaadvaste groenterrassen worden bewaard, verder ontwikkeld en biologisch vermeerderd, terwijl de zaden van deze rassen vrij beschikbaar blijven voor alle tuinders, telers en hobbyisten."

Dit besef ontstond eind jaren 80 uit het feit dat er in die tijd nauwelijks biologisch zaad beschikbaar was voor de teelt van biologische groenten. Terwijl er steeds meer F1-hybride rassen verschenen van de multinationale zaadbedrijven, was er ook een enorme achteruitgang in zaadvaste rassen te zien. Dit bracht een groep ruimdenkende, toegewijde tuiniers ertoe om samen te werken om de "Initiativkreis für Gemüsesaatgut aus biologisch-dynamischem Anbau" (Initiatief voor groentezaden uit de biodynamische teelt) te vormen en de teelt van zaadvaste variëteiten na te streven. Uit dit initiatief werd Bingenheimer Saatgut geboren. Een bedrijf dat inmiddels is uitgegroeid tot 100 werknemers en een enorm wereldwijd netwerk dat krachten bundelt om te strijden voor het behoud van biologisch zaadvast zaad.

### Wat zijn zaadvaste rassen?

Zaadvaste gewassen zijn volgens natuurlijke processen veredeld en vermeerderd. Zaadvaste rassen groeien met dezelfde eigenschappen als de ouderplanten, maar met kleine variaties. Net als in de natuur. Boeren en (moes)tuinders die zaadvaste zaden kopen van deze rassen, kunnen uit de groenten die daaruit groeien zelf weer nieuw zaad oogsten. Ze kunnen daarbij selecteren op de eigenschappen die het beste passen bij hun omstandigheden. Zo helpen deze zaden tuinders om onafhankelijk te worden van de multinationals en dragen ze er aan bij dat zaden beschikbaar blijven voor iedereen. Ook zitten er op dit zaad geen patenten of kwekersrechten en kan iedereen er zelf mee verder kweken, wat niet kan of mag met de meeste F1-hybriden.

Lees verder op [Odin.nl/actueel](http://Odin.nl/actueel)

Meer over vermeerdering en veredeling lees je op [odin.nl/boerderij](http://odin.nl/boerderij)

## Vegan dubbele kiwi taart

Wie verwen jij in de week van de liefde met deze gezonde vegan kiwi taart? Wij gebruikten dubbele kiwi's, maar het kan natuurlijk even goed met de 'normale' kiwi en ander seizoensfruit dat je lekker vindt worden gemaakt.

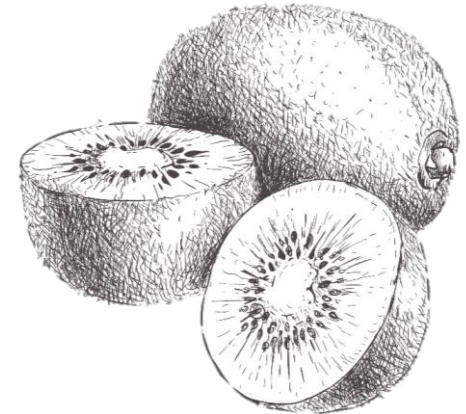
### Ingrediënten

#### Droge ingrediënten

- 180 g speltbloem
- 80 g amandelmeel
- 1 el bakpoeder (wijnsteen)
- 1/2 tl zeezout
- 90 ml zonnebloemolie
- 90 ml maple siroop

#### Natte ingrediënten

- 250 ml havermelk
- 100 ml sojaroom
- 80 ml rijststroop
- 3 el amandelpasta
- 1 citroen (rasp en sap)
- snufje zeezout
- 3 el maizena
- 

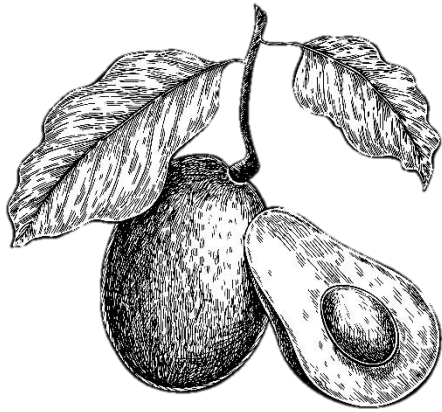


### Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 170 graden.
2. Meng de droge ingrediënten en maak er een mooi deeg van.
3. Beleg een bakvorm met het deeg en zet in de oven, tot het goudbruin kleurt.
4. Meng de natte ingrediënten en breng al roerend aan de kook.
5. Laat het mengsel afkoelen en iets opstijven (eventueel in de koelkast).
6. Snijdt ondertussen de kiwi's in mooie stukjes, meng met wat citroensap en rijststroop.
7. Giet het roommengsel op de bodem en beleg met het fruit.

# Avocado chocolademouse

Wist je dat je chocolademousse ook perfect kunt maken zonder room of ei. Het zoetmiddel kun je naar smaak toevoegen. Dit is ook een lekker en gezond ontbijtje. Je kunt er dan ook wat cruesli, geroosterde hazelnoten of vers fruit over strooien.



## Ingrediënten

- 2 rijpe babyavocado's
- 1/2 banaan
- 40 ml Thaise kokosroom
- 1,2 tl vanillepoeder
- 25 g raw cacao poeder
- 1 el ahorn- of agavesiroop
- paar takjes munt
- wat raw cacao nibs

## Bereidingswijze

1. Snijd de baby-avocado's\* doormidden, ontpit ze en haal het vruchtvlees uit de schil.
2. Pel de banaan en breek in stukjes.
3. Doe in een mengkom met de rest van de ingrediënten, behalve de munt en pureer heel goed tot een romige mousse.
4. Schep de mousse in mooie glaasjes of kommetjes.
5. Zet even in de koelkast om wat op te stijven.
6. Versier met een blaadje munt en wat cacao nibs of fijngehakte nootjes.

Tip: Ook mooi en lekker met bessen of bramen.

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

# Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine fruittas:

biodynamische elstar appel

Fruitful, Nederland

biodynamisch Moro sinaasappels

Biohortus, Italië

biologische bananen

Biodynamiska, Peru

biodynamische dubbele kiwi

Ceglia, Italië

Week 7 – 14 /m 17 februari 2023

De inhoud is onder voorbehoud van eventuele wijzigingen. Inpakcode 2023-1-1