

# 5 en 26 augustus: Biodynameren bij Boerderij Ruimzicht in Halle

Samen eten aan een lange tafel op een biodynamische boerderij, waarbij ook boer en kok aanschuiven. Dat kan bij de Biodynamische Diners, die worden gecombineerd met een rondleiding op de boerderij.



## Biodynameren: smaakvol - gezellig - vers - inspirerend

In mei 2022 zijn de diners van start gegaan bij vier boerderijen. Alle zeven diners waren met zo'n 30 gasten uitverkocht. Veel gasten lieten weten genoten te hebben van het eten, de verhalen en de passie en ze hebben de achtergronden en praktijk van biodynamische landbouw beter leren kennen. De kok zet met biodynamische inzichten het werk van de boer voort in de keuken. Dat geeft verrassende gerechten vol levenskracht, voedend voor lichaam, ziel en geest. In 2023 doen ongeveer tien boerderijen mee en het aantal groeit nog!

Op zaterdag 5 augustus ben je vanaf 15:30 uur welkom op Boerderij Ruimzicht voor een drankje en een rondleiding en om 17:30 uur gaan we aan tafel. Meer info, ook over aanmelden voor 5 of 26 augustus via [Odin.nl](http://Odin.nl).

## Ruimzicht wint de Koetjes en Kalfjes Cup!

In de Koetjes en Kalfjesverkiezing genomineerde Wakker Dier twee biologische dynamische boeren die het kalf weken- tot maandenlang bij de moeder laten opgroeien. Dit is uitzonderlijk, 99 procent van de boeren haalt het kalf direct na de geboorte bij de moeder weg. Met de verkiezing wil Wakker Dier vooruitstrevende boeren in het zonnetje zetten.

## De winnaar

Gerjo en Jara van Ruimzicht houden al meer dan twintig jaar de kalfjes bij de koe. Op hun boerderij groeien de kalfjes niet alleen op bij hun moeder, maar ook bij hun oma, tantes, broers en zussen in een unieke familiekudde. Gerjo en Jara: "Door het winnen van de Koetjes en Kalfjes Cup voelen we ons gesteund. De maatschappij lijkt soms niet klaar te zijn voor vooruitstrevende bedrijven als dat van ons, maar samen kunnen we het systeem veranderen".

Anne Hilhorst van Wakker Dier: "Gerjo en Jara zijn echte pioniers. Zij zijn een voorbeeld voor de hele melkindustrie".

Je koopt hun producten op [Odin.nl](http://Odin.nl) en in de Odin winkels.

Er hebben al bijna 36000 mensen getekend voor gentschvrij eten! Geweldig! Maar we hebben nog meer handtekeningen nodig om het onderwerp besproken te krijgen in de Tweede Kamer. Wij willen keuzevrijheid! Teken jij ook?

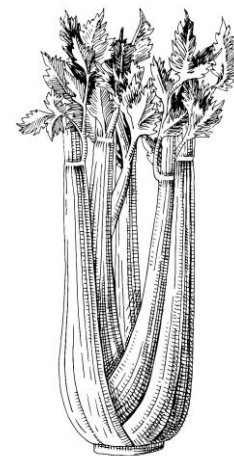


# Waldorfsalade met groenselderij, druiven en appel

Geniet van deze frisse waldorfsalade met biologische appel, groenselderij, walnoten en druiven. Lekker met geroosterd brood of als bijgerecht.

## Ingrediënten

- 25 g gemengde sla
- 1 appel
- sap van ½ citroen
- 1/2 stronk groenselderij
- 150 g druiven
- 1 tl karwijzaad
- 1 dl goede mayonaise
- 50 g walnoten
- zout en peper
- handje peterselie



## Bereidingswijze

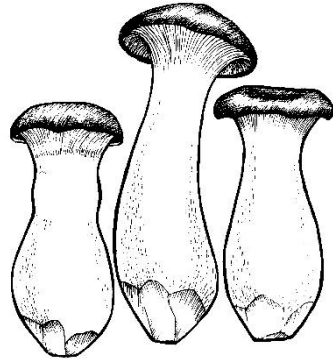
1. Snij de appel in fijne stukjes, snij de selderij in dunne plakjes en halveer de druiven.
2. Besprenkel met het citroensap.
3. Hak de walnoten grof, laat er een paar heel.
4. Hak de peterselie fijn.
5. Rooster het karwijzaad een minuutje in een droge koekenpan.
6. Mix alle ingrediënten, behalve de hele noten, en roer de mayonaise erdoor.
7. Bestrooi met peper en zout naar smaak en maak af met de hele walnoten.

# Eryngii pakketjes voor op de bbq

De eryngii (ook wel koningsoesterzwam) is een grote paddenstoel met een dikke steel. Je kunt de hele paddenstoel eten. De eryngii blijft ook bij het bakken stevig en heeft een lichte zoete smaak. Qua structuur is deze paddenstoel erg geschikt als vleesvervanger, net als andere oesterzwammen.

## Ingrediënten

- 200 g eryngii
- 400 g krieltjes
- 50 g ongezouten roomboter
- 2 tl miso
- 2 tl geraspte citroenschil
- paar takjes peterselie
- scheutje tamari of shoyu



## Bereidingswijze

1. Snij de krieltjes met schil in partjes.
2. Snij evt. grote eryngii in reepjes. Schep door elkaar.
3. Roer de citroenschil en de miso door de zachte boter, samen met de peterselie en de knoflook.
4. Leg vierkante stukken bakpapier of aluminiumfolie klaar en schep de aardappeltjes en paddenstoelen erop.
5. Lepel wat van de misoboter erop en besprenkel nog met een pietsje sojasaus.
6. Vouw de pakketjes goed dicht.
7. Stoom ze gaar in 30-45 minuten op een hete barbecue of in de oven op 180 graden.

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

# Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biologische broccoli

Bio Brass in Zeewolde, Nederland

biologische courgette

De Waag in Neer, Nederland

biodynamische waspeen

Green Organics in Zeewolde., Nederland

biologische eryngii

Nesco in Hernen, Nederland

biologische rode paprika

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische druiven

Ecofruit in Sicilië, Italië

biologische perziken

Haciendas Bio in Valencia, Spanje

Week 30 – 24 t/m 30 juli 2023