

Biologische bananen

Precies weten waar je eten vandaan komt? Natuurlijk kan het. Wij kennen en controleren elke schakel zelf van grondstoffen tot arbeidsomstandigheden. Nee, waterdicht krijg je het natuurlijk nooit. Maar we doen elke dag ons best om te waarborgen dat jij weet wat je eet. Een goed voorbeeld is onze samenwerking met APPBosa, die al jaren onze bananen levert.

Coöperatieve samenwerking

Onze bananen kopen we in bij APPBosa, een coöperatie van 556 aangesloten telers. Deze coöperatie is een van de eerste Fairtrade projecten in Peru. De bananenplantages bevinden zich in de provincie Sullana in het noorden van het land. Vanuit daar wordt er speciaal voor Odin wekelijks een container bananen verscheept naar de Rotterdamse haven. Het voordeel van deze continue stroom is dat er vaste inkomsten zijn voor de telers.



Krachten bundelen

Aan het begin van deze eeuw hadden veel kleine bananentelers moeite om het geld uitbetaald te krijgen voor de producten die ze aan handelaren hadden geleverd. Door de krachten te bundelen ontstond coöperatie APPBosa. Op dit moment bezitten de aangesloten leden samen ongeveer 700 hectare grond. Alle telers met minder dan 5 hectare grond kunnen lid worden van de coöperatie; veel telers hebben zelfs niet meer dan een halve hectare.

Zekerheid voor de kleinschalige teler

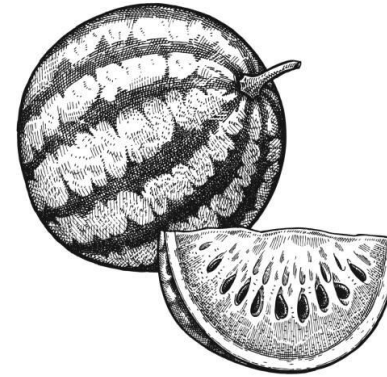
De coöperatie, die alleen biologische bananen teelt, biedt haar leden stabiliteit door te zorgen voor toegang tot de internationale markt en een eerlijke prijs gedurende het hele jaar. De afgelopen 10 jaar hebben de telers de hoogste verkoopprijs in Peru ontvangen. De coöperatie draagt daarnaast bij aan ontwikkeling in de regio; zo is er een elektriciteit netwerk aangelegd, een drinkwatersysteem geïnstalleerd en zijn de wegen verbeterd. De leefomstandigheden van de telers zijn er flink op vooruitgegaan, niet alleen door het stabiele inkomen, maar ook omdat ze toegang hebben gekregen tot gezondheidsvoorzieningen en omdat hun kinderen naar school kunnen.

Kwaliteit zoals je van ons gewend bent

De kwaliteit van de producten in onze winkels houden we natuurlijk het liefst constant, maar er blijven factoren waar we weinig invloed op hebben. Voor de teelt van bananen heeft dit te maken met de seizoenen. In mei en juni valt er in Peru veel regen en zijn er grote temperatuurschommelingen. Dit zijn ideale omstandigheden voor schimmels die zich tijdens het transport en het afrijpen kunnen ontwikkelen. Om de groei van deze schimmels te remmen werkt APPBosa tijdens deze periode met containers waarin het zuurstof- en stikstofgehalte wordt gereguleerd. Uiteraard doen we bij aankomst op onze groothandel ook nog een kwaliteitscheck. Zo werken we samen met APPBosa aan de garantie van een goed product!

Zoete watermeloen pizza

Pizza, maar dan net ff anders! Lekker & verkoelend voor tijdens een fietstocht of een dagje uitwaaien op het strand. Ook leuk als vervanging voor een fruitsalade bij het ontbijt, als toetje en traktatie.



Ingrediënten

- 1/2 meloen
- 100 g room(yoghurt) of skyr, crème fraise
- handje vol aardbeien, blauwe bessen
- 1/2 kiwi
- blaadjes munt & viooltjes eventueel ter garnering

Bereidingswijze

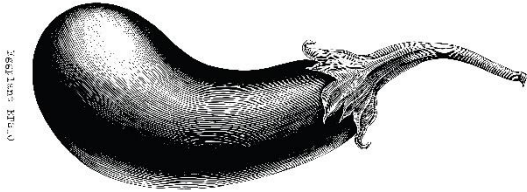
Snij uit de watermeloen eerst een dikke plak. Snij ze in 6 pizza-slices, beleg met wat room en versier met kleingesneden fruit naar keuze, munt en eventueel eetbare bloemen.

Gegrilde aubergine met granaatappel en munt-yoghurt

Gegrilde aubergines met ras-el-hanout specerijen serveer je met een fris munt-yoghurtsausje. De granaatappelpitjes hebben, naast allerlei voordelen voor je gezondheid, ook een spectaculaire kleur en vorm. Het zijn net kleine robijntjes.

Ingrediënten

- 2 aubergines
- 1/2 el ras el hanout (specerijenmengsel)
- 50 ml olijfolie
- 1 granaatappel
- 4 el yoghurt
- 2 el mayonaise
- 1 teentje knoflook
- 1 tl citroensap
- 2 el verse munt
- zout en peper naar smaak



Bereidingswijze

1. Snij de aubergines in de lengte doormidden en bestrooi met een ruime hoeveelheid keukenzout. Laat tenminste een kwartier liggen in een vergiet. Het zout onttrekt vocht uit de aubergines en komt vanzelf aan de oppervlakte.
2. Klop de ras-el-hanout door de olijfolie en zet dat klaar in een bakje met een kwastje.
3. Veeg de aubergines droog en snijd er met een scherp mes een ruitjespatroon in. Besmeer met een laagje olie.
4. Verwarm een grillpan op hoog vuur en bak hierin de aubergine om en om totdat ze gaar zijn en een mooie roosterkleur hebben.
5. Hak ondertussen de knoflook en munt fijn (hou een paar blaadjes apart voor de garnering) en meng samen met de yoghurt, mayonaise en het citroensap. Breng op smaak met peper en zout.
6. Snij de granaatappel doormidden en haal de pitjes eruit. Dit kun je doen door met een pollepel hard op de schil te slaan, vaak vallen de pitjes er dan zo uit. Verwijder de witte vliesjes.
7. Leg de gegrilde aubergines op een bord en schep er de munt-yoghurt op.
8. Bestrooi met de granaatappelpitten en wat blaadjes munt.

...deze en meer inspirerende recepten vind je op Odin.nl

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biologische broccoli

Bruinsma in Vredenoord, Nederland

biologische zoete bataat

De Waag in Neer, Nederland

biologische aubergine

Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische komkommer

De Noordhoek in Kapelle, Nederland

biologische ijsbergsla

De Stek in Zelhem, Nederland

biologische mango

Diversen, Burkina Faso

biologische watermeloen

Bio Andalusië, Spanje

Week 25