

Odin-winkel Aert van der Goesstraat in Den Haag verwelkomt 1.000e lid

Edwin Drooger, bedrijfsleider en Sophie Zeestraten, klant van de winkel en al langer lid van Odin, mochten onlangs Arjanneke, het 1000^e lid van deze Odin-winkel op de Aert van der Goesstraat even in het zonnetje zetten.



'Fijne winkel'

Arjanneke deed al langer boodschappen bij Odin Den Haag en vond het nu tijd om lid te worden. "Het is een fijne winkel, met aardig personeel en een heel mooie groenteafdeling. Zo vind je ze tegenwoordig niet meer." Arjanneke is 57 jaar oud, getrouwd en heeft twee kinderen die studeren. Sophie Zeestraten, schrijfster van het boek Moederziel en zelf al heel lang lid, mocht haar verwelkomen namens de winkel. "Hoe mooi is het dat ik als lid het 1.000^e lid welkom mag heten?"

'Blij met 1000e lid'

"Ik ben blij dat ik Arjanneke als lid mag ontvangen" zegt bedrijfsleider Edwin Drooger. "Je bouwt met alle klanten een band op en zeker met leden. Je hoeft trouwens geen lid te zijn om hier boodschappen te doen. Je betaalt dan de reguliere prijs. Leden kunnen tegen een maandelijks bijdrage deelnemen aan het ledenvoordeelsysteem en krijgen ongeveer 15% voordeel. Lid worden loont altijd, want een niet-opgemaakte maandbijdrage ontvang je terug als tegoed op je pasje. Samen met zo'n 20.000 andere Odin-leden draag je als mede-eigenaar van Odin bovendien een extra steentje bij aan de verdere ontwikkeling van een gezonder en eerlijker voedselsysteem!"

100% biologisch en liefst biodynamisch

De Odin-winkel aan de Aert van der Goesstraat verkoopt uitsluitend biologische en biodynamische producten. De winkel heeft een versassortiment, maar ook alle andere dagelijkse boodschappen zijn er te krijgen.

Meer informatie over het lidmaatschap en ledenvoordeel?
Kijk op Odin.nl/Doe_mee of scan de QR code.



Tortilla pie met paddenstoelen en aardpeer

Een originele taart vol winterse smaken. Paddenstoelen, aardpeer en walnoten vormen de romige vulling van het knapperige tortilladeeg. Lekker vegetarisch hoofdgerecht met een salade.



Ingrediënten

- 1 pak tortillawraps extra fibre (6 wraps)
- 2 el olijfolie
- 400 g gemengde paddenstoelen
- 2 preien
- 250 g knolselderij of aardperen
- 1 wortel
- 1 bouillonblokje
- 2 tl rozemarijnaanaldjes
- 100 g walnoten
- 2 el bloem
- 100 g crème fraîche of sojaroomb

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Snij of scheur de paddenstoelen in stukjes, de prei in halve ringen, de wortel en knolselderij of aardperen in blokjes.
3. Kook de knolselderij of aardperen en de wortel in een pannetje water met een bouillonblokje beetgaar. Giet af door een zeef, bewaar de bouillon.
4. Bak de champignons met de prei, de knoflook en de rozemarijn in wat olijfolie snel bruin.
5. Strooi er de eetlepels bloem over, roer en gaar de bloem even.
6. Voeg scheutjes bouillon toe, blijf roeren en als het allemaal een beetje begint te binden voeg je de crème fraîche of de sojaroomb toe. Meng de gare knolselderij en wortel erdoor. Proef of er nog wat zout en peper bij moet.
7. Vet een springvorm in en leg de tortillawraps er een beetje dakpansgewijs in.
8. Schep het paddenstoelmengsel erin en vouw de wraps er over.
9. Bak een half uurtje in de hete oven.
10. Serveer de taart in punten gesneden met een lekkere salade
11. Tip: vervang de rozemarijn door dragon, dat is een lekker kruid bij paddenstoelen!

Knapperige salade waar je volop mee kan variëren. In plaats van appel is het ook lekker om stukjes mandarijn of kiwi toe te voegen. Of strooi er wat stukjes (vegan) feta op. Lekker in een pitabroodje met falafel.



Ingrediënten

- 1 kleine venkelknol
- ½ koolrabi
- 1 appel
- 3 medjoul dadels
- 25 g geraspte kokos
- 50 g yoghurt of kokosstart
- 25 g walnoten
- 50 g druiven
- sap van 1/4 citroen
- beetje zout en peper

Bereidingswijze

1. Ontdoe de venkel van het groen en hou apart.
2. Snij de koolrabi, appel en venkel in jullienne (in dunne reepjes).
3. Ontpit en snij de dadels in kleine stukjes.
4. Rooster de kokos in een droge koekenpan gelijkmatig goudbruin. Doe in een schaalje en zet apart.
5. Doe hetzelfde met de walnoten. Rooster in een droge koekenpan en zet apart.
6. Klop een dressing van de yoghurt met het citroensap, wat versgemalen zwarte peper en de helft van de geroosterde kokos.
7. Doe de groente in een mooie schaal.
8. Roer de dressing erdoor en schep de rest van de geroosterde kokos er doorheen. Leg de dadel en appel erop en strooi de noten erover.
9. Tot slot nog wat venkelgroen en de gehalveerde druiven erover. Voeg zout en peper naar smaak toe.

Tip: lekker als bijgerecht bij een pitabroodje met kruidige falafel en sla. De venkel kun je vervangen door fijngesneden kool of selderij. Bospeen en radijs kan er ook prima in reepjes doorheen

Odin

abonnement

Deze week in jouw grote groente- en fruittas:

biologische knolvenkel

Jonicabio in Ginosa, Italië

biodynamische spitskool

Camposeven in San Pedro del Pinatar, Spanje

biologische aardperen

Arenosa in Lelystad, Nederland

biologische witte champignons

Nesco in Boekel, Nederland

biologische rode paprika

Hortifervisa in Nijar, Spanje

biologische clementines

Rio Tinto Citricos in Villalonga, Spanje

biodynamische dubbele kiwi

Ceglia in Ardea, Italië