

Regeneratieve landbouw: toekomstbestendig of greenwashing?

Tegenwoordig kom ik de term 'regeneratief' steeds vaker tegen. Maar wat zegt het eigenlijk wanneer iets als regeneratief wordt aangemerkt? Zegt dit iets over de invloed op mensen, dieren en de aarde? En misschien nog belangrijker, hoe wordt het toegepast en gecontroleerd? Ik heb geen idee. Wat ik wél zeker weet, is dat we bij Odin altijd kiezen voor 100% biologisch, en het allerliefst voor biodynamisch'. Door Yvet Dikken.

Hoe zit het ook alweer met biologisch en biodynamisch?

Bij de productie van biologisch voedsel wordt uitgegaan van de principes van gezondheid, ecologie, fair trade en voorzorg. Biodynamische landbouw voldoet aan de normen voor biologische landbouw, maar daar bovenop gelden voor biodynamische landbouw extra eisen en geheel eigen uitgangspunten. Het is holistisch en gaat uit van het natuurlijke karakter van planten en dieren. De basis van de biodynamische landbouw is de bodem. De structuur en vruchtbaarheid van de bodem worden versterkt en opgebouwd door dierlijke mest, compost, vruchtwisseling en de toepassing van preparaten. Dit zorgt voor een natuurlijke en gezonde bodem en een rijk bodemleven. Beide vormen van landbouw hebben een keurmerk, voor biologische landbouw is dit het EU Biologisch-keurmerk (het groene blaadje) en voor biodynamisch het Demeterkeurmerk. Dit betekent dat er voorwaarden zijn waar boeren en producenten aan moeten voldoen, bovendien worden deze gecontroleerd door een onafhankelijke partij: Skal Biocontrole.

Wat is dan regeneratieve landbouw?

Ook bij deze vorm van landbouw staan methoden die bijdragen aan verbetering van de bodemkwaliteit centraal. De visie is dat de boer de bodem niet uitput, maar het bodemleven herstelt, waardoor de grond vruchtbaarder wordt (en daarmee productiever) én meer water en koolstof opslaat. Regeneratieve boeren laten zich inspireren door allerlei andere landbouwstromingen die met de natuur samenwerken, zoals; biologisch, biodynamisch, permacultuur en agro-ecologie. Regeneratief is geen wettelijk beschermde term, zoals biologisch wel is, en er is geen enkel extern toezicht op de uitvoering ervan. Hierdoor is er ruimte voor grote landbouwmultinationals die het vooral als marketingmiddel inzetten om hun eigen belangen veilig te stellen. Ronald van Marlen en Tosca Peschier (Extinction Rebellion Landbouw) schrijven in een opiniestuk: 'Corporaties als PepsiCo, McDonald's, Unilever, Nestle, Cargill, Yara, Bayer, Syngenta en vele andere agrifoodbedrijven roepen nu luidkeels dat ze het klimaat en de bodem gaan herstellen met regeneratieve landbouw.' Maar in een daadwerkelijk eerlijk en ecologisch landbouwsysteem hebben deze multinationals helemaal geen plek en zouden ze macht moeten inleveren. In plaats daarvan promoten ze vage doelen, zoals CO2-opslag, die ze meten met hun eigen technologie. Hierdoor lijkt het alsof ze duurzaam bezig zijn, terwijl hun winstmodel blijft draaien om kunstmest, pesticiden en andere schadelijke producten. De term regeneratief wordt door hen als groene imago booster gebruikt.

Lees meer over de addertjes onder het gras bij regeneratieve landbouw op Odin.nl/nieuws



Pompoen-perengalette

Frisse peer, romige geitenkaas en aardse pompoen in een lekker robuust deeg. Ook lekker om mee te nemen voor een potluck bijvoorbeeld of picknick.



Ingrediënten

- **Ingrediënten voor het deeg**
- 200 g bloem
- 150 g koude boter
- 1 eidooier
- 50 ml koud water
- **Ingrediënten voor de vulling**
- 1 kleine oranje pompoen
- 1 rode ui
- 1 handje geroosterde pompoenpitten
- 1 el Provençaalse kruiden
- 2 peren
- 4 el zachte geitenkaas of crème fraîche
- 4 takjes tijm

Bereidingswijze

1. Doe de bloem in een kom en snij met een mes de koude boter er door. Maak er een kruimelig deeg van.
2. Klop de dooier los met het koude water en voeg dit toe aan het kruimeldeeg. Kneed er snel een bal van. Laat het deeg afgedekt zeker een half uur in de koelkast rusten. Hoe langer, hoe beter.
3. Verwarm de oven voor op 200 °C.
4. Snij de pompoen in schijven of parten en hussel om met wat olijfolie en Provençaalse kruiden. Bestrooi met een tl zeezout.
5. Bak circa 25 min in de oven, of tot de pompoen zacht is en begint te kleuren.
6. Snij de appels in schijfjes.
7. Rol het deeg uit tot een ronde lap van ongeveer 30 cm en leg op een bakblik met bakpapier.
8. Verdeel wat lepels geitenkaas of crème fraîche over de bodem en leg de pompoen en de appel erop. Laat een rand deeg vrij, zodat je deze om de vulling kunt vouwen.
9. Zet 30 min in de oven of totdat de bovenkant een beetje goudbruin is geworden. Decoreer met wat takjes tijm en bestrooi met de pompoenpitten.

Spitskool met appel en rozijnen

Spitskool is een veelzijdige groente. Je kunt 'm rauw of gekookt eten, geroosterd op de bbq of even bakken, zoals in dit recept. Lekker voedzaam met een gestoomde rijst of een ander graan.



Ingrediënten

- 500 g spitskool
- 1 appel
- 1 tl karwijzaad
- 1 tl kerriepoeder
- een handvol rozijnen, geweld
- een stukje gemberwortel, fijngeraspt
- 1 el muntblaadjes, fijngeknipt
- 50 ml kokosroom
- peper en zout
- 50 g gemengde noten, grof gehakt
- 250 g rijst, gierst, bulgur of een ander graan

Bereidingswijze

1. Snij de kool in reepjes.
2. Snij de appel in blokjes.
3. Verhit wat olie in een wok of grote koekenpan en bak de kool ongeveer een kwartier samen met de rozijnen, appelstukjes, kruiden en specerijen en roer het regelmatig om.
4. Voeg de kokosroom toe
5. Kook of stoom ondertussen de gierst, rijst of bulgur gaar.
6. Rooster de noten in een droge koekenpan.
7. Serveer het graan met de kool en strooi er de nootjes over.

Odin

abonnement

Deze week in jouw kleine fruittas:

biologische Elstar appels
Bio van Dijk in Schalkwijk, Nederland

biologische bananen
APP Bosa in Rio Negro, Peru

biodynamische Moro sinaasappels
Bio Hortus in Agrigento, Italië

biologische Doyenne du Comice peren
De Elshof in Dronten, Nederland

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

Week 6