

# Doe 13 De Duurzame

## Doe mee met De Duurzame 13

### Verantwoord Culinaire

**In januari startte De Groene Belevenis met de campagne 'Doe De Duurzame 13'. Iedereen met een groen hart wordt uitgedaagd om dertien eenvoudige duurzame doelen te realiseren. Ga dit keer lekker aan de slag in de keuken, een rondje Verantwoord Culinaire. De opdracht is: bereid eens een volledige maaltijd met lokale producten. De Groene Belevenis presenteert een aantal leuke, inspirerende adressen. Met gezonde, verse producten van dichtbij!**

De koeien van kaasboerderij de Kopermolen dansen van blijdschap in de wei!



Fotograaf: Henk Ruitenbeek

Ons voedsel legt onnodig veel kilometers af over de hele wereld. Door het vele transport is de CO<sub>2</sub>-uitstoot hoog. Bovendien zit ons eten vaak vol met ongezonde toevoegingen. We weten niet meer waar eten vandaan komt, wie het heeft gemaakt en wat er in zit. Gelukkig zijn er steeds meer gezonde en duurzame alternatieven. (H)eerlijke producten die worden geteeld en geproduceerd in onze eigen regio!

### DANSENDE KOEIEN

Bij landwinkel en kaasboerderij de Kopermolen in Stoutenburg dansen de koeien van blijdschap als ze in het voorjaar weer de groene wei betreden. Sinds 1990 produceert de Kopermolen zelf boerenkaas en boerenzuivel van de melk van eigen koeien. Kaasmaker Martin van Klooster: "We maken op traditionele wijze boerenkaas van rauwe melk. Bij de verwerking

blijven het oorspronkelijke vetgehalte en de natuurlijke aroma's maximaal bewaard. Het is daarom niet nodig kleur-, geur- of smaakstoffen toe te voegen."

### STREEKPRODUCTEN SHOPPEN

Behalve met kaas en zuivelproducten kan het boodschappenmandje bij de Kopermolen ook worden gevuld met onder meer vlees van eigen koe, groenten en fruit uit de regio, vrije uitloop eieren en verse sappen. Ook bij Het Lokaal in Amersfoort en boerderijwinkel t' Vicariënerf in Leusden kan de consument naar hartenlust streekproducten shoppen. Van brood gemaakt met Amersfoorts grondwater tot in Leusden gebrouwen bier. Naast onder andere roomboter, boerenkaas en biologische zuivel van eigen hand biedt t' Vicariënerf cadeaupakketten met diverse lokale lekkernijen. Shop ook eens via websites als puurdichtbij.nl en willemendrees.nl, deze richten zich specifiek op het leveren van regionale, veelal biologische etenswaren. Genoeg inspiratie dus voor een zalige maaltijd bereid met lokale producten! Enthousiast geworden? Kijk voor meer duurzame ideeën op: [doededuurzame13.degroenebelevenis.nl](http://doededuurzame13.degroenebelevenis.nl)