

“Pimp je keuken met extra vitaminen en anti-oxidanten.”

Toegankelijke ‘super’recepten geven deze zomer extra energieshot

Antwerpen/Aartselaar, 31 mei - Koken met een superfood als moringa, de meest voedzame plant ter wereld? Valerie Delacave van The house of Moringa lanceert tal van laagdrempelige recepten die ze uitwerkte met bekende chefs en foodies. Valerie tracht zo de toegankelijkheid tot een product als moringa te verlagen door er lekkere dingen mee te doen. Tegelijk hoopt ze bepaalde taboes, die er vandaag nog steeds heersen rond superfoods, te doorprikken. De recepten stelt The house of Moringa via QR-code gratis ter beschikking.

Superfoods worden op tal van manieren gepromoot als extra booster voor de gezondheid, omdat ze een hoge voedingsstoffendichtheid hebben. De heilzame kracht – die trouwens strikt gedefinieerd is – zit hem in de rijkdom aan mineralen, vitaminen en tal van andere gezonde stoffen. Mensen schaffen ze vaak vol goede moed aan, maar soms verdwijnen ze dan al even snel weer in de kast. “En dat is jammer”, zegt Valerie Delacave van The house of Moringa. “Want er zijn heel veel mogelijkheden om moringa (naast poeder ook verkrijgbaar als thee en in capsules) te integreren in je dagelijkse eetpatroon, zodat het een blijver wordt.”



Valerie wil moringa niet enkel promoten als meest voedzame plant ter wereld. Ze zoekt naar verschillende manieren om het gebruik te introduceren in het dagelijks leven en zo de drempel tot een consequent gebruik te verlagen. Er was al een samenwerking met topchef Jo Nelissen (Mastercooks Belgium) rond meer culinaire gerechten. En zopas begon The house of Moringa ook samen te werken met Ellen Charlotte Marie, foodinfluencer van het eerste uur met 126.000 volgers en 4 kookboeken op haar conto. Het resultaat: tal van zomerse en makkelijke bereidingen. “Ellen gelooft enorm in de werking van moringa, dus ontwikkelden we samen heel wat eenvoudige en overheerlijke recepten. Een smoothie, dressing voor salades, bountyrepen, een verfrissende ice tea... Op die manier pimp je jouw gerechten met extra vitaminen en anti-oxidanten, zonder dat het een opgave wordt om elke dag je hoeveelheid superfood binnen te krijgen. Je immuniteit opbouwen en je energie een boost geven was nog nooit zo makkelijk. Eigenlijk creëren we het gevoel: *leuk en lekker, hier gaan we mee experimenteren*. Want het hoeft dus echt niet ingewikkeld te zijn.”

De samenwerking met Ellen Charlotte Marie leverde heel wat extra recepten op. Maar daar stopt het niet. Valerie slaat de handen ook in elkaar met Sarah Van de Velde van Gezond Zondigen. "Op kleine schaal bedenken we samen gezonde snacks; van koekjes tot macarons en taart. Sarah heeft een passie voor moringa en probeert allerlei zaken uit, steeds met natuurlijke suikers. Op basis van Zusto, limoen en moringa maakten we een overheerlijke ijscrème. Ideaal bij zomerse temperaturen." "We blijven innoveren", zegt Valerie nog. "Het belangrijkste is dat we mensen begeleiden bij het gebruik van moringa, want wij willen niet louter producten verkopen. Bij iedere bestelling voegen we voortaan een QR-code toe, die toegang verschaft tot al onze recepten. Aan inspiratie geen gebrek. Wie weet volgt er dus ooit nog wel een kookboek. En zo bouwen we verder aan onze moringa 'way of life'."



INFO



The house of
MORINGA

www.thehouseofmoringa.com

The house of Moringa:

Valerie Delacave, +32 (0)474 31 65 87

Pers: Seppe Slaets (BUZZ), +32 (0)477 62 87 66