DENEKAMP: FIETS EN PLUK!

ROUTE 13 km

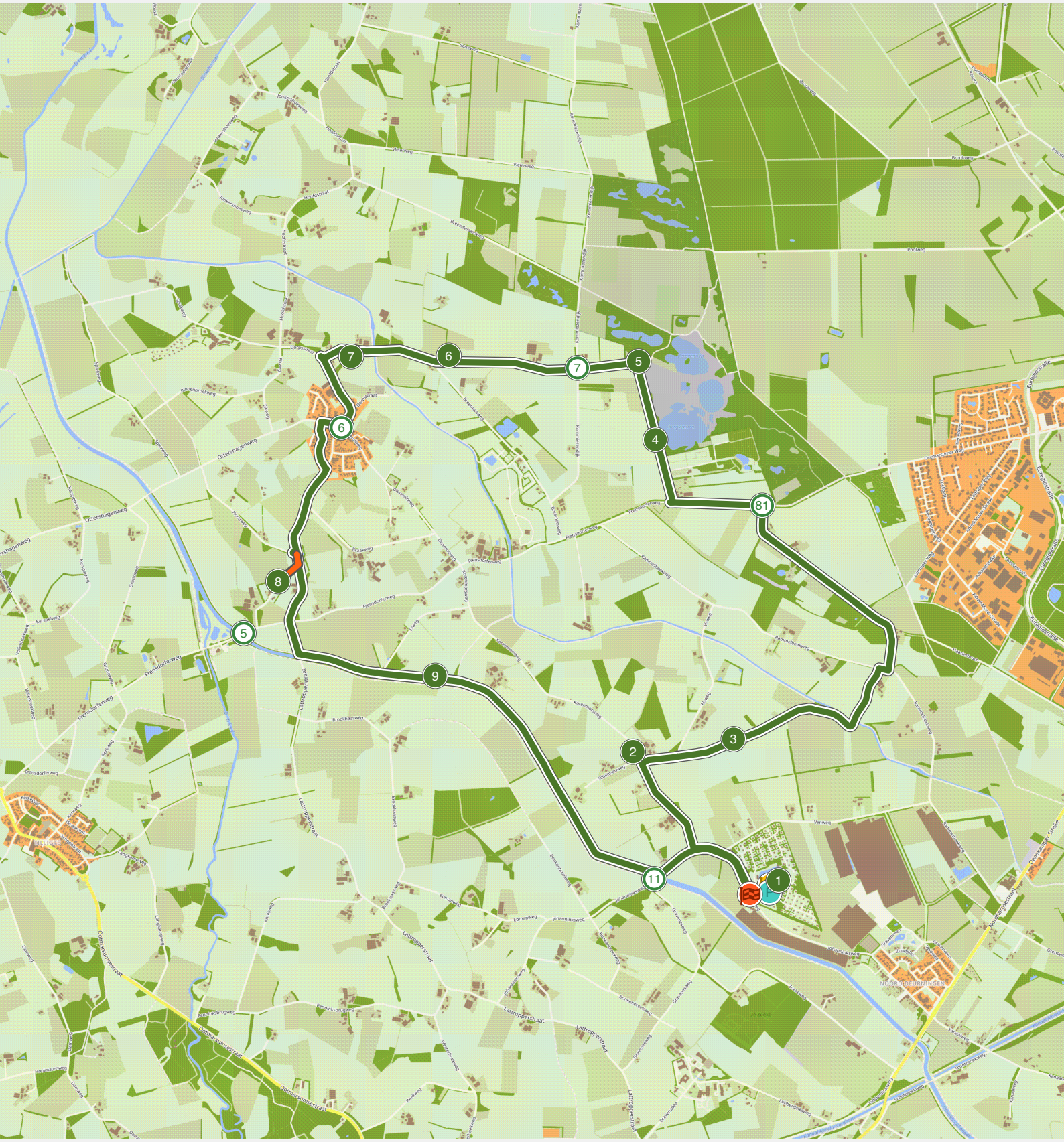
Een leuke, korte fietsroute over Twentse essen, langs oude akkers met brandrode runderen en door het stroomgebied van de Dinkel. Met onderweg plukplekken voor eetbare wilde planten (pluk alleen voor eigen gebruik!) en een uitstapje naar natuurgebied de Bergvennen van Landschap Overijssel.

Route gemaakt door Landschap Overijssel.

2022

Landschap Overijssel

Denekamp: fiets en pluk!



Landschap Overijssel

Denekamp: fiets en pluk!

Hoe kom ik bij het startpunt?

Startpunt: Fox Restaurant Lodges, Johanninksweg 78, 7591 NR Denekamp. Parkeergelegenheid aanwezig.

1 Pluktuin / boomgaard Fox
>= 100 meter van route vandaan

2 Lijsterbes
>= 100 meter van route vandaan

3 Boerenbedrijf
1,7 km

81 Fietsknooppunt 81
4,3 km

4 Vogelspiedscherm
5,2 km

5 Natura 2000
5,7 km

7 Fietsknooppunt 7
6 km

6 Brandnetel e.a.
6,8 km

7 Zicht op Lattrop
7,4 km

6 Fietsknooppunt 6
8,1 km

8 Erfgoed Bossem
>= 100 meter van route vandaan

5 Fietsknooppunt 5
>= 100 meter van route vandaan

9 Paardenbloem & zevenblad
11 km

11 Fietsknooppunt 11
12 km

Einde van de route

Denekamp: fiets en pluk!

13 km

1

Pluktuin / boomgaard Fox

STOER voer!

Hier ben je op het terrein van Fox Restaurant & Lodges. Fox werkt op een STOERE manier, want stoer betekent 'Streekproduct uit Twente: Oorspronkelijk, Eerlijk en Rijk van smaak!' STOER is een initiatief van Restaurant Fox in samenwerking met zeven boerenbedrijven uit de omgeving.

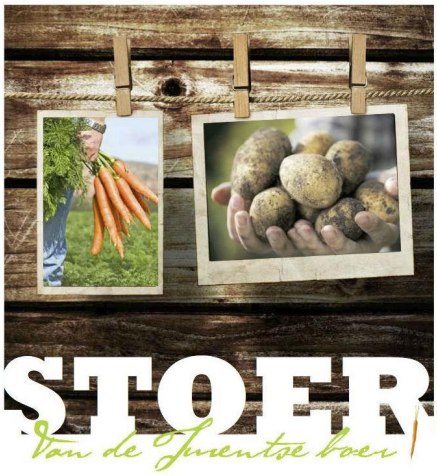
Buffelmozarella

Van de oude kaas van Pauline uit Beuningen tot echter boter die met de hand wordt gekarnt door de familie Kempers uit Mander. En van scharrelvarkenvlees uit Saasveld tot brandrode runderen uit Lattrop (zie POI 7). En van vlees tot mozarella van de waterbuffels uit Denekamp. Stuk voor stuk STOER!

Boomgaard / pluktuin

Ook heeft Fox een jonge boomgaard. Hier kun je even uitrusten van de fietstocht. En pluk in de herfst - zodra de bomen groot genoeg zijn - gerust een appeltje of een pruim! NB Wilt u eten of slapen bij Fox? Vaak is reservering nodig.

http://www.restaurantfox.nl (www.restaurantfox.nl)



2 Lijsterbes

Lijsterbes

Lijsterbessen zijn vuurrode kleine besjes die in trosjes aan de lijsterbesboom groeien. Vogels zijn dol op de smaakvolle en voedzame bessen. In Nederland werd lang gedacht dat de bes giftig was, maar de rijpe bessen zijn juist erg gezond. Je kunt er bijvoorbeeld jam of siroop van maken.

3 Boerenbedrijf

Landbouw

In deze typisch twentse agrarische omgeving zie je nog flink wat boerenbedrijven. Zowel (rund)veehouderijen als landbouw.

Maïs

Twentse boeren hebben eeuwenlang rogge verbouwd op hun essen, maar dat gewas is inmiddels grotendeels vervangen door maïs. De meeste mais die hier wordt verbouwd is zogenaamde snijmaïs, dat verwerkt wordt tot veevoeder.

4

Vogelspiedscherm

Vogelspiedscherm

Op de heidevelden en bij de vennen zijn veel verschillende soorten vogels en eenden te zien. Vanachter dit scherm kun je ze rustig bekijken. Eendensoorten die hier voorkomen zijn o.a. de wilde eend, wintertaling, bergeend en kuifeend. Neem de tijd en kijk!

Vogelsoorten

In de winter komt de klapekster vanuit het noorden naar dit gebied en de roodborsttapuit en geelgors broeden graag in de randen van de heide. Ook de dodaars (watervogel) zie je hier soms.

5

Natura 2000

Natura 2000

De biodiversiteit (soortenrijkdom) in Europa gaat al jaren achteruit. Natura 2000 is een Europees netwerk van beschermde natuurgebieden. Doelstelling van Natura 2000 is het verlies aan soorten planten & dieren te stoppen en te herstellen. Zo willen we voorkomen dat de natuur steeds eenvormiger wordt

Waterbeheer

Natuurgebied De Bergvennen is aangewezen als Natura 2000 gebied. Het is een heidegebied op dekzandruggen met daarin een aantal grote vennen. De kwaliteit en hoogte van het water in de vennen wordt kunstmatig op orde gehouden: in de winter wordt bijvoorbeeld grondwater opgepompt.

6

Brandnetel e.a.

Brandnetel

Brandnetels vind je eigenlijk overal, ook hier aan de rand van het pad. De brandnetel zit vol met vitaminen en mineralen en is goed tegen allerlei kwalen, van vermoeidheid tot en met huiduitslag. Bereid de plant als thee, als groente samen met andere groenten, als soep of.. als omelet!

Omelet met brandnetel

Zin in een uitgebreide lunch? Maak eens een omelet met wilde planten: 4 eieren 1 lente-ui paardenbloembladen 10 toppen van brandnetel, zevenblad en/of madeliefjes, weegbree, duizendblad 100 gr champignons olie, peper, zout

Was blaadjes, stengels en ui en snijd ze in kleine stukken. Kook de brandnetels even zodat de ‘prik’ eraf gaat. Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Klop de eieren, voeg peper en zout toe. Roer de blaadjes, lente-ui en champignons erdoor. Bak in olie op niet te hoog vuur lichtbruin.

7

Zicht op Lattrop

Esdorp

Typisch voor het Twentse landschap zijn de glooiende essen: hoger gelegen landbouwgronden. De glooiing is In de middeleeuwen ontstaan. In die tijd vond bemesting plaats door het opbrengen van heideplaggen met schapenmest. Daardoor ontstond geleidelijk een verhoging van de bodem.

In de berm..

Vanaf hier heb je mooi zicht op het esdorp Lattrop: de oude es en de kerk in de verste zijn goed te zien. Hier in de berm vind je allerlei wilde, eetbare planten: van brandnetel tot weegbree en van paardenbloem tot zuring. Pluk de jonge blaadjes, die smaken het lekkerste..

Erfgoed Bossem

Erfgoed Bossem

Erfgoed Bossem is niet alleen een boerderij in bedrijf, het is ook een locatie waar je kunt eten en slapen. Bijna het hele jaar door zie je op hier op het land de kuddes 'brandrode runderen': een vriendelijk ras dat thuishoort in deze streek.

Vlees met een verhaal

Het vlees van het brandrode rund is van hoge kwaliteit o.a. omdat de dieren de tijd krijgen om te groeien, buiten lopen en een goed 'dieet' volgen. Erfgoed Bossem wil zich ontwikkelen tot ecologische zoogkoeienhouderij en houdt naast rode runderen ook andere oude rassen: Lakenvelders en Blaarkoppen.

In standhouden kudde

Met de opbrengst van het natuurvlees van de ossen, wil Erfgoed Bossem de volledige kudde in stand houden. Dit levert een bijdrage aan biodiversiteit volgens het Slowfood principe.

http://www.bossem.nl/vlees-met-een-verhaal/onze-werkwijze/ (Meer weten?)

Paardenbloem & zevenblad

Zevenblad

Zevenblad wordt ook wel 'tuinmansverdriet' genoemd, vanwege de ondergrondse wortels waardoor de plant snel woekert. Maar in de sla, als pesto of gekookt als spinazie is zevenblad ook erg gezond: boordevol vitamine C.

Paardenbloem

Ook de paardenbloem kun je prima eten als sla; een andere naam voor paardenbloemblad is 'mosla'. In sommige landen wordt paardenbloemblad zelfs gekweekt omdat het zo'n populaire groente is! Ze groeien overal, in het wild, in het gras en tussen stoeptegels.

Recept wildpluksalade

Hier kun je verschillende planten plukken, zoals het blad van de paardenbloem en zevenblad. Als je ze kunt vinden, kun je bijvoorbeeld ook hondsdraf of klaver toevoegen. Daarnaast: 1 tl honing 1 tl mosterd 1 el azijn 4 el (olijf)olie roomboter knoflook peper en zout

Was de kruiden goed. Maak ze droog en meng in een slakom. Houd de bloemetjes en wat kruiden apart om te garneren en voor de kruidenboter. Overgiet de salade met dressing van (olijf)olie, azijn, honing en mosterd.