



## Beleef een foodwalk in Ten Arlo

**Wandelroute: 5 km circa 2 uur**

**Recept: hartige wilde groentetaart**

**ROUTE**

**RECEPT**

**INFO**

**Tijdens de wandeling kunt u zoeken naar planten, bomen en struiken die ook voor mensen als voedsel kunnen dienen. Deze foodwalk is ontwikkeld door Landschapsbeheer Drenthe en samengesteld door Natuurvereniging Zuidwolde. Langs de route zijn bomen en struiken geplant die nu, of te zijner tijd vruchten gaan dragen.**

## Start route

Restaurant Narline

Hoogeveenseweg 17, 7921 PC Zuidwolde

[Routebeschrijving](#)

## Lengte route

5 km, circa 1.5-2 uur met het plukken erbij.



## GPS

Met de GPS coördinaten ziet u in google-maps de routepunten en uw positie.

Voorbeeld: [GPS: 53°04'01.2"N 6°38'58.3"E](#)

## Wat is er te vinden?

Kruiden, lijsterbessen, bramen, Amerikaanse vogelkers, vlierbessen, herfstframbozen en tamme kastanjes.

## OV informatie

[www.9292.nl](http://www.9292.nl), 0900 - 9292

## Printen

Wilt u deze route printen, kies dan bij Adobe acrobat > printen > meerdere > pagina's per vel > 2 op 2.

# Route Ten Arlo



**Tik op de nummers  
in de kaart voor  
meer informatie**

# Routebeschrijving Ten Arlo

1

## Start

KAART

[GPS 52°41'48.0"N 6°26'01.9"E](#)

De route begint op de brink van Ten Arlo aan de Hoogeveenseweg in Zuidwolde tegenover het Restaurant Narline.

Loop vandaar een klein stukje richting Hoogeveen en neem de eerste weg schuin rechts (Noorderweg).

De Noorderweg is gekenmerkt door de aanwezigheid van grote aantallen tamme kastanjabomen die in oktober grote hoeveelheden eetbare vruchten geven.



**2**

## Volg Noorderweg

**KAART**

GPS: 52°42'08.5"N 6°26'49.2"E

Ga bij het bord dat aangeeft dat de weg rechtdoor doodloopt, rechtsaf. Volg de weg met verderop de bocht naar rechts. Dit gedeelte loopt parallel aan de N48 (Hoogeveen-Ommen).

**3**

## Zandpad

GPS: 52°41'47.5"N 6°26'56.8"E

Volg de bocht bij het nieuwe tunneltje. Ga niet linksaf onder het tunneltje door, maar blijf op de weg die overgaat in een zandpad. Blijf dit zandpad volgen langs de Zuidwoldiger waterlossing.



**4**

## **Route verkorten**

**GPS: 52°41'21.5"N 6°26'40.3"E**

Waar camping De Bulte staat aangegeven, kunt u rechtsaf om een gedeelte af te snijden en een kortere route te nemen. U komt, wanneer u het pad tussen de akkers volgt, rechtstreeks bij ten Arlo uit.

**5**

## **Kerkenpad**

**GPS: 52°41'13.0"N 6°25'59.5"E**

De route loopt verder langs de Waterlossing tot het bruggetje. Ga daar rechtsaf en volg het oude kerkenpad, dat tussen de weilanden doorloopt. Het pad is een openbare weg en mag door alle wandelaars vrij worden gebruikt. Volg dit pad rechtdoor tot de boerderijen van Ten Arlo. Loop om de boerderijen heen om terug te keren bij het startpunt.

**!**

## **Teken**

Bij het verzamelen van de planten in de bermen heeft u een groter risico op tekenbeten. Controleer uzelf en haal teken zo snel mogelijk weg.

## Let op!

Langs de route staan veel planten waarvan de bladeren of de vruchten eetbaar zijn.

Bedenk dat u goed moet weten om welke planten het gaat. Er zijn planten/vruchten die je beslist niet moet eten, omdat ze schadelijk/giftig zijn.

## Tip!

Met de planten en vruchten die in het wild worden geplukt of verzamelt, kunt u heel veel gerechten bereiden. Er zijn allerlei heerlijke recepten te vinden in boeken en ook op internet. De ingrediënten die u tijdens deze route kunt plukken zijn:

### **April t/m oktober:**

Allerlei kruiden voor thee, soep en quiche.

### **Juli en augustus:**

Lijsterbessen en bramen

### **Augustus en september:**

Kersen van de Amerikaanse vogelkers, vlierbessen en herfstframbozen.

### **Oktober:**

Tamme kastanjes en herfstframbozen.



## Amerikaanse vogelkers



## Lijsterbes



## Bramen



## Frambozen



## Vlierbessen



## Tamme kastanje



# Recept hartige wilde groentetaart



## AUDIOTOUR

### U heeft nodig:

- 250 gram volkoren meel
- 100 gram boter
- 1 dl koud water
- 1 ei
- 2 fijngesneden uien
- 500 gram fijngesneden wilde groente zoals: brandneteltoppen, brede weegbree, smeerwortelblad, waterzuring, zevenblad, veldzuring, blad van fluitenkruid, melganzevoet, gepelde tamme kastanjes\*, zaad van springbalsemien (\*indien gevonden)

- verse peper en zout naar smaak
- 200 gram verse kaas

### **Eventueel:**

- enkel zaden van de gewone berenklauw
- weegbreezaad
- brandnetelzaad
- 1 eetlepel (olijf)olie

### **Bereidingswijze**

- Maak deeg van het meel, de boter, water, ei en zout. Kneed het kort.
- Bekleed er een springvorm mee en prik gaatjes in de bodem.
- Smoor de fijn gesneden ui met de fijngesneden wilde groentes, gepelde tamme kastanjes en springbalsemienzaad.
- Voeg een klein beetje water toe.
- Stoof het geheel in 5 minuten beetgaar.
- Voeg de verse kaas en de eventuele fijngemaakte zaden op het einde toe.
- Maak op smaak met peper en zout. Laat indien nodig iets uitlekken. Vul de deegbodem hiermee en bak onderin de oven op 220 graden in 30 tot 40 minuten.
- Garneer bij het serveren eventueel met veldkers, veldzuring, vogelmuur en wilde eetbare bloemen.

## Foodwalks

Wilt u een lekker wildplukrecept met ons delen? Wij zetten het graag op deze site. Neem contact met ons op via de website.



SMARTMOBILETOUR.NL

Volg ons op twitter



Landschapsbeheer Drenthe

Deze FOODWALK is ontwikkeld door Natuurvereniging Zuidwolde, ondersteund door [Landschapsbeheer Drenthe](#).