

Voedselbos



VAKANTIEPARK



DE MEERPAAL



Het voedselbos



Een voedselbos wordt ook wel een eetbare bostuin genoemd. Een voedselbos heeft veel eetbare planten voor mensen. Daarnaast zijn er ook andere nuttige planten die de eetbare planten helpen. Zo groeien er ook soorten die insecten aan trekken. Deze insecten bestuiven de planten en bloemen, zodat er weer nieuwe planten en bloemen ontstaan. En er zijn soorten die vogels aan trekken. Deze vogels kunnen eventuele plagen bestrijden. Deze soorten worden bewust aangeplant om te zorgen voor voedsel en onderdak voor deze insecten en vogels.

De planten in het voedselbos zijn meerjarig. Dat wil zeggen dat ze niet iedere jaar opnieuw geplant hoeven worden. Het bos bestaat uit verschillende lagen, waarbij alles op elkaar is afgestemd. Bij een voedselbos wordt de bovenste laag gevormd door fruit- en notenbomen, de middelste laag bestaat uit kleinfruit en notenstruiken en de onderste uit vaste groentes, kruiden en zichzelf uitzaaiende eetbare planten. Er is veel diversiteit met als doel om een duurzaam ecosysteem te creëren. Een voedselbos hoef je niet te onderhouden. Een goed uitgedacht voedselbos houdt zichzelf in balans. De Meerpaal snoeit alleen de bomen die om het voedselbos heen staan om de zon door te laten als deze bomen te hoog worden. De rest doet de natuur zelf. Het oogsten wordt gedaan door de medewerkers van de Meerpaal. Ze gebruiken de kruiden, fruit en groente van het voedselbos voor de bereiding van de gerechten in de brasserie.

In het boekje staan leuke eetweetjes over de 25 verschillende soorten kruiden, fruit en groenten die in dit voedselbos te vinden zijn. Daarnaast zit er in het boekje een puzzel, een kleurplaat en een speurtocht voor de kinderen.

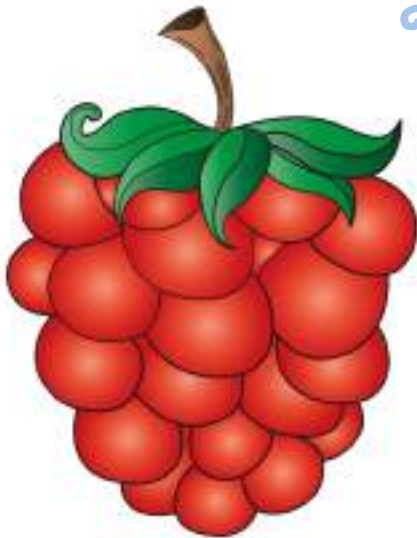




Appels

1

De appel is de meest gegeten vrucht in Nederland! Dit is niet verwonderlijk, aangezien er zoveel soorten en smaken zijn! Er bestaan wel 7500 verschillende appelsoorten in de wereld.



Frambozen

2

De framboos staat symbool voor de zoete liefde.
De framboos komt van nature voor in Europa. Op open plaatsen in het bos en langs bosranden en dit gaat al terug tot in de Middeleeuwen.



Peren

3

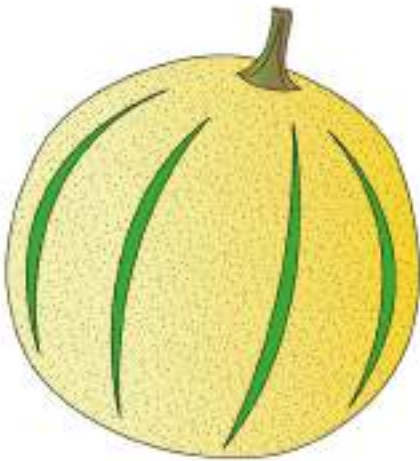
Je kunt peren in twee categorieën verdelen: handperen en stoofteren. De handpeer heeft sappig vruchtvlees. Heerlijk om zo uit de hand te eten! Stoofteren zijn hard en droger. Ze zijn lekker om te stoven of om verwerkt te worden in compotes.



Vijgen

4

Vijgen zijn er in vele verschillende kleuren. Vijgen zijn zoet en aromatisch. Zeer verse vijgen kun je mét schil opeten.



Meloenen

5

In Turkmenistan (een land in Centraal-Azie) is een feestdag ter ere van de meloen ingesteld. Deze valt jaarlijks op de tweede zondag van augustus.



Pruimen

6

Pruimen zijn steenvruchten met zacht vruchtvlees. Net als kersen of abrikozen. Pruimen zijn rijp in de nazomer. De kleur loopt uiteen van blauwzwart tot rood en geel. Ze smaken lekker zoet, sommige variëteiten zijn zoetzuur of aangenaam zuur.



Aardbeien

7

De aardbei heeft als bijnaam zomerkoninkje. Aardbeien zijn er in honderden verschillende rassen elk met zijn eigen smaak, vorm en kleur van wit tot bijna zwart zelfs.



Druiven

8

Wijndruiven zijn niet zo geschikt om te eten. Tafeldruiven wel omdat ze veel zoeter zijn. Er zijn blauwe en 'witte' druiven. Er zijn ook soorten zonder pit. Wist je dat de kleur van de druif niets zegt over de kleur van de wijn, van blauwe druiven kun je witte wijn maken alleen mogen de schilletjes dan niet mee gisten, en bij rosé wijn blijven de schilletjes er kort in zitten.

Courgette

9



Deze groente is familie van de komkommer.

De courgette heeft een zachte, neutrale smaak. Een courgette heeft geen uitgesproken smaak van zichzelf, die moet vooral komen van de andere ingrediënten in een courgetterecept.

Rabarber

10



Aan de rabarber kan je zien hoe zoet hij is. Kijk naar het uiteinde van de Stengels.
Hoe rozer, hoe zoeter.

Pompoen

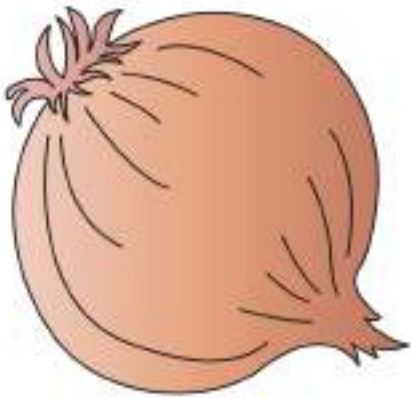
11



De pompoen is familie van de komkommer en meloen. Deze grote, bolronde vrucht heeft een stevige, harde schil en oranje vruchtvlees. Binnenin zit de vrucht vol met grote platte zaden. Er zijn verschillende soorten pompoenen. De oranje pompoen is de bekendste.

Uien

12



35% van alle Nederlandse uien wordt in Zeeland verbouwd. Zeeland heeft ook een belangrijke rol bij de verwerking van uien. 90% van alle Nederlandse uien worden in Zeeland verwerkt.

Tomaten

13



Tomaten zijn er in honderden soorten van geel via rood tot zwart aan toe en de afmeting van zo klein als een kraal tot zo groot als een vuist.

Lorem ipsum

Artisjokken

14



Artisjokken zijn eigenlijk de bloemknoppen van een distel. Deze grijsgroene bloemknoppen bestaan uit vele kleine blaadjes die om een bloembodem zijn gevouwen. Dan gaan de blaadjes open en ontwikkelt zich het 'hooi' dat binnenin zit tot een prachtige paarse bloem. Mooi om te zien, maar een bloeiende artisjok is niet meer eetbaar.

Paprika's

15



Een groene paprika is eigenlijk een rode, gele of oranje paprika, die nog niet rijp is.

Paksoi

16



Paksoi komt oorspronkelijk uit China en is door Chinese emigranten over de hele wereld verspreid. "Soy" betekent groente in het Chinees.

Snijbiet

17



Snijbiet is een vergeten groente, die gelukkig weer herontdekt is. Alhoewel snijbiet ook wel "Belgische spinazie" wordt genoemd, is hij geen familie van spinazie, maar van de rode biet. De stelen van rode snijbiet lijken wel wat op rabarberstengels. Alleen snijbiet is er in alle kleuren van de regenboog, van witte en gele tot groene en rode stengels.

Spruiten

18



In België was het gebied rond Brussel bekend om de spruitjesteelt en daarom worden ze nog vaak 'Choux de Bruxelles' genoemd. Gekookte spruitjes ruiken niet zo lekker. Dit blijkt ook dé reden waarom kinderen niet zo weg zijn van deze groente. Overigens staat het woord 'spruitjes lucht' in het woordenboek. Het betekent 'een bekrompen sfeer'.

Munt

19



Munt is er in vele verschillende geuren, naast de bekende pepermunt geur is er munt die ruikt naar sinaasappel, citroen en zelfs appels.

De naam komt van de nimf Mentha. Zij werd bemind door Pluto en veranderd in munt door de jaloerse Proserpina.

Peterselie

20



Er bestaan twee soorten peterselie: krulpeterselie en 'platte' peterselie die wat meer smaak heeft. Krulpeterselie is heel geschikt als garnering op koude schotels en soep. Platte peterselie kun je ook gebruiken in warme gerechten.

Rozemarijn

21



Vanwege de aromatische geur komen we dit kruid niet alleen in de keuken tegen, maar ook in badkamerproducten.

Bij de Grieken en de Romeinen stond dit kruid symbool voor liefde, vriendschap en trouw. Het plantje werd bij huwelijks- en geboorterituelen gebruikt.

Tijm

22



Tijm is een tanige struik met houtige stelen. De blaadjes zijn klein en slank. De blaadjes hebben een volle, scherpe en karakteristieke smaak. Het is een veel gebruikt kruid bij groenten, vis of vlees.

Salie

23



Salie is een kruid met fluweelachtige, zachte blaadjes. De kleur is groen- tot zilvergrijs en de vorm langwerpig en spits.

Bieslook

24



De plant behoort tot de lookfamilie en is verwant aan bolgewassen zoals ui, prei en knoflook. Bieslook heeft een verfijnde uiensmaak, maar wordt ook gebruikt om kleur te geven aan gerechten.

Selderij

25



Bladselderij is een tuinkruid dat vergelijkbaar is met peterselie, maar het heeft een veel sterkere smaak. Bladselderij is familie van de bleekselderij en de knolselderij. Het verschil met bleekselderij is dat bij de bladselderij ook het blad wordt gegeten. Daarnaast wordt de stengel van de bleekselderij als groente gegeten en bladselderij als kruiden.

Bijen



De bijen zijn erg belangrijk voor het voedselbos. Ze hebben een belangrijke rol als bestuivers in het voedselbos. Zonder de bijen is er minder fruit en groente om te oogsten.

Bijen leven samen. In elke korf leeft één koningin samen met vrouwelijke werkbijen en de darren (de mannelijke bijen). Daarnaast zijn er wachtbijen om de korf te verdedigen.

Alleen de vrouwtjes hebben een angel. Hier kunnen ze mee steken. Maar eigenlijk doen ze dat alleen als ze denken dat er gevaar is. De koningin is groter dan de werkster en heeft een lang achterlijf. Ook de dar is groter dan de werkster. Hij heeft ook grotere ogen om snel de koningin te kunnen zoeken.

Bijen komen uit eitjes. De koningin legt die eitjes in de zomer. Ze legt wel 1500 tot 2000 eitjes per dag. Na drie dagen komen uit deze eitjes larven. De larven eten veel en groeien. Na 21 dagen is de larve een bij geworden.

De bijen maken een dansje om de andere bijen te laten zien waar het voedsel is. Er bestaan 2 soorten dansen: de rondedans en de kwispeldans. Ze voeren deze uit binnen 50 meter van waar ze het voedsel gevonden hebben. Zo lokken ze dus de andere bijen naar hun toe.

In de bloemen zit een zoete vloeistof. De zoete vloeistof heet nectar en zit heel diep verborgen. De bij gebruikt zijn lange tong om bij de nectar te komen. De bij heeft een extra maag om de nectar in te vervoeren. In de bloemen zit ook stuifmeel. Dit schrapen bijen met hun voorpoten bij elkaar en plakken ze aan hun achterpoten. Zo vliegen ze terug naar de bijenkorf. Als de bij thuis komt, brengt hij de nectar en het stuifmeel naar de kamertjes. Van de nectar maakt de bij honing. Honing en stuifmeel is eten voor de bij.

In de winter blijven de bijen binnen. Dan is het buiten veel te koud. De bijen stoppen met werken en kruipen dicht tegen hun koningin aan. Ze slapen de hele winter en snoepen af en toe wat van de honing. In de lente worden ze weer wakker en gaan ze weer hard aan het werk.



De speurtocht

1. De eerste Letter is te vinden bij het fruit dat het meeste in Nederland wordt gegeten.
2. De tweede letter is te vinden bij het zomerkoninkje.
3. De derde letter is te vinden bij de groente die het meeste wordt verbouwd in Zeeland.
4. De vierde letter is te vinden bij de plant die een gele bloem krijgt.
5. De vijfde letter ligt bij de groente die veel gegeten wordt rond Halloween.
6. De zesde letter is te vinden bij de groente die kinderen vaak niet zo lekker vinden.
7. De zevende letter is te vinden bij het fruit waar wijn van wordt gemaakt.
8. De achtste letter is te vinden bij de groente met de bloemknoppen van een distel.
9. De negende letter is te vinden bij het kruid dat vernoemd is naar de nimf Mentha.
10. De tiende letter is te vinden bij het fruit dat symbool staat voor de zoete liefde.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



Puzzelen

Nummer de plaatjes in de juiste volgorde:

1. Zaaïen 2. Oogsten 3. Bereiden 4. Eten



Kleurplaat



Het “huilen” tijdens het snijden van de ui, komt doordat
er zwavel in de uien zit,
Met een duikbril op heb je er geen last van.

Aantekeningen

Een bladzijde voor je eigen aantekeningen.



© 2020 Elkedagfeest.nl