



Nieuwsbrief

Januari 2024



Beste vrijwilligers, donateurs, sponsors, vrienden van Voedselbos Ouwe -Syl

Wat gebeurde er zoal in 2023:

- In februari **twee nieuwe varianten perzik** op de oude onderstam van de Saturn geënt door Nynke van Stichting Fruit yn Fryslân, waar we meer plantgoed van hebben betrokken. De Saturn is erg gevoelig voor krulziekte en deze had daar ook last van. Nu hopen we dat Jelle en Fruterra het beter gaan doen en het samen goed kunnen vinden in het Sylster bos....
- 11 maart was het weer samen de handen uit de mouwen in het kader van **NL Doet**. Ieder jaar doen we hier aan mee, vele handen maken licht werk en een mooie gelegenheid voor nieuwe belangstellenden om ook vrijwilliger te worden bij Voedselbos Ouwe-Syl. Er is hard gewerkt onder prachtige weersomstandigheden. Met robinia palen (inheems hardhout) is het bessenrek uitgebreid en is er draad gespannen waarlangs de bramen, tayberries en loganberries opgebonden kunnen worden.



Een geslaagde NL Doet-dag met mooi weer, gezelligheid met koffie en soep.....





Veel kleur in het voorjaarsbos!



Aan de slag op Strawberry Hill!

De aardbeien doen het goed dit jaar en er zijn al veel heerlijke zomerkoninkjes geoogst!

- In juni de jaarlijkse opname gedaan van de **kruidlaag**. Op een vaste plek in het bos wordt geïnventariseerd welke planten er voor komen en in welke hoeveelheden. Door dit jaarlijks te doen krijgen we een beeld van de ontwikkeling van de diversiteit door de jaren heen. De gegevens worden doorgegeven aan de landelijke organisatie van Voedselbossen. Ook worden jaarlijks de bodemdieren geïnventariseerd.
- Op 1 juli kwamen de wandelaars van de **Midseumer Mûlkoier** weer door het bos.
- Zaterdag 4 november was het **Landelijke Natuurwerkdag**. Na een gezamenlijk bakje koffie is er druk geklust: afval opruimen, zaailingen uittrekken, opschot verwijderen, paden bijwerken etc.
- 5 november onthulling van **“Piet’s banky”**. In 2021 mocht het Voedselbos een mooie gift ontvangen van de familie van de in 2020 overleden Piet Braaksma. De opbrengst van de verkoop van schilderijen van Piet is geschonken aan doelen die Piet na aan het hart lagen. Ter nagedachtenis en in overleg met de familie hebben Erik Heere en Jacob Rodenhuis een bankje gemaakt met een knipoog naar Piet, ‘wat anders dan anders...’ Het bankje is geplaatst aan de buitenkant van het bos op de westkant waar men kan genieten van mooie Bildtse luchten en zonsondergangen.



De officiële onthulling vond plaats op 5 november in het bijzijn van vrienden en familie van Piet. Er werden mooie woorden gesproken, muziek vertolkt en het bankje werd uitgebreid getest en goedgekeurd door de 3 broers en zus van Piet. We hopen dat velen op het bankje kunnen genieten van de omgeving en de natuur met Piet in gedachten, een echt natuurmens.



- In december de **Yacon of appelwortel** geoogst. De Yacon komt oorspronkelijk uit de Andes. De knollen kunnen rauw gegeten worden, maar ook gebakken, gefrituurd of gestoofd. Verhitting maakt de knol nog zoeter. Hij heeft bovendien een lage caloriewaarde. De inuline die de Yacon bevat, een vorm van suiker die niet door ons lichaam wordt verteerd, heeft een bijzonder goede invloed op de darmflora. Verder bevorderen de knollen de spijsvertering en zijn een boost voor het afweersysteem. De Yaconoogst was niet heel groot, de grond is ook nog wat te zwaar hiervoor. 
- Verder zijn er afgelopen jaar afspraken gemaakt met de gemeente dat de paden komend voorjaar worden aangepakt en dat ze meegenomen worden in het maabeleid.
- We hebben weer een mooie gift mogen ontvangen van het Heijengafonds voor aanschaffen plantgoed, materiaalkosten voor onderhoud etc. naast de bijdragen van donateurs voor het dekken van vaste kosten, oa bankkosten en verzekering.
- Er is flink werk verricht door onze vrijwilligers met het verwijderen van opschot van bomen zoals essen, elzen, meidoorns, spaanse aak, vlieren en wilgen. Dit blijft een aandachtspunt vooral op het middenterrein om de jonge fruitbomen en –struiken de kans te geven zich te ontwikkelen. Deze winter kan er ook weer flink gesnoeid worden!
- Afgelopen jaar nog weinig fruit van de bomen kunnen oogsten, maar deze zijn ook nog wat te jong. De meeste jonge aanplant is goed aangeslagen en groeit goed! Aardbeien en kruisbessen waren er volop!
- Voor komend jaar staat NL Doet voor 16 maart gepland. We gaan oa de fruitrekken verbeteren en uitbreiden. Tevens gaan de donateurs uitgenodigd worden om een kijkje te komen nemen en het bos te beleven.
- Het belangrijkste van afgelopen jaar: Samen met de vrijwilligers hebben we weer vele gezellige zaterdagochtenden beleefd en die hopen we in 2024 ook weer volop oogsten! Heel veel dank aan onze trouwe vrijwilligers voor alle werk wat verricht is! Zonder jullie geen Voedselbos.
- **OOK VRIJWILLIGER WORDEN??** Meer info en aanmelden via info@voedselbosouwesyl.nl

RECEPT met yacon

Yacon met witlof en kerrieroom

voor 4 personen

- 400 g yacon
- 500 g witlof
- 150 ml haverroom,



of een andere plantaardige room

- 1 el kerriepoeder

(wat meer of minder, naar smaak en afhankelijk van de kerrie)

- 1 tl donkere miso of een half bouillonblokje (verkruid)
- een klontje (plantaardige) boter
- peper en zout



Schil de yacons, snijd ze in schijfjes van 0,5 cm dik en kook ze gedurende 10 minuten in een bodempje gezouten water. Yacon schillen we deze keer wel, omdat het gerecht anders een vreemd kleurtje krijgt. Laat de schijfjes afkoelen en snijd intussen het witlof dwars in reepjes van 0,5 tot 1 cm breed.

Maak een sausje door de haverroom te mengen met het kerriepoeder en de miso.

Smelt de boter in een pan en bak de yacon verder gaar. Voeg het witlof toe. Roerbak en kruid met peper en zout. Overgiet met de saus als het witlof net begint te slinken. Laat alles samen heel kort doorkoken en serveer onmiddellijk.

