

NAAR BIOLOGISCHE ADRESJES

FIETSRUTE 9. OVERIJSEL, TUSSEN ZWOLLE, OMMEN EN STAPHORST
TWEEDAAGSE FIETSTREKTOCHT OF 2 DAGTOCHTEN



Op deze heerlijke tweedaagse fietstocht langs de lustig meanderende Overijsselse Vecht en door het lieflijke Reestdal, kom je langs vijf biologische boerderijen. Allemaal anders en allemaal bijzonder, want je kunt niet dagelijks in het bos gekweekte shiitakes

bewonderen, rauwmelkse yoghurt proeven of kalfjes bij hun moeder zien drinken. Ook de combi 'kunst' en 'bioboer' is verrassend. Houd bij het inpakken genoeg ruimte over, want je moet wel heel veel discipline hebben om zonder lekkere aankopen thuis te komen.

Maar liefst vijf bioboeren staan er op het programma tijdens deze tweedaagse fietstocht. Vier boeren hebben een boerderijwinkel, maar de Shiitake-

kwekerij en Tuin Salland hebben dat niet. Op afspraak kun je de shiitakes bewonderen, maar Tuin Salland is alleen te bezoeken tijdens open dagen.

OVERIJSEL



⇌ Dag 1: 38 km
Dag 2: 40 km
⌚ 3 uur per dag
🌱 Weiland, akkerland, rivierdalen

LEGENDA

knp = fietsknooppunt
LA = linksaf
RA = rechtsaf
RD = rechtdoor
ri = richting
P25347 = ANWB-paddestoel 25347
Y = richtingbord

Praktische informatie

Start/eindpunt: Trektocht en dagtocht 1: P station Dalfsen/ knp 83, Stationsweg 4. Dagtocht 2: P bij TOP (Toeristisch Overstap Punt) Reestdal, bij Natuurinfopunt De Wheem, Oud Avereest 20, Balkbrug, tussen knp 15 en 37.

Naar de route: Knp 83 ligt aan het kruispunt met de N757, ca. 300 m van de P.

Toeristische info: Er is opmerkelijk weinig horeca voor zo'n toeristische streek.

Knooppuntennetwerk: Op kruisingen waar geen knooppuntbordje staat: altijd rechtdoor. De route is prima bewegwijzerd.

Kaart: ANWB Fietskaart 6, Overijssel west/Salland/Vechtdal.

Biologisch overnachten: Kamperen op de Zonnehorst (zie hieronder); B&B St. Vrienden op de fiets (donateurschap à € 8,- verplicht) bij de Shiitake-kwekerij (zie hieronder).

Biologische adressen: • **SHIITAKE-KWEKERIJ HAVEMAN**, Luttenoever 2a, Balkbrug, www.shiitakekwekerij.nl; bezoek op afspr, T: (0523) 65 73 15.

• **WIJNGOED DE REESTLANDHOEVE**, Hoofdweg 21, Balkbrug, www.reestlandhoeve.nl; open do 13-16 uur; za 13-17 uur.

• **ZONNEHORST**, tuinderij en minicamping, Evenboersweg 28, Punthorst, www.zonnehorst.nl; open wo/vr 9-18 uur; za 9-13 uur.

• **LANDJUWEEL DE HOEVEN**, Middenweg 4, Dalfsen, www.landjuweeldehoeven.nl; open di/vr/za 10-17 uur.

• **TUIN SALLAND**, Maatgravenweg 20, Zwolle, www.tuinsalland.nl; alleen te bezoeken tijdens open dagen.

Gedeeltelijk biologisch: • **BOERDERIJWINKEL DE GROENE MARKE**, Molenstraat 16, Dalfsen, www.degroenemarke.nl; open ma 13.30-17 uur; di-za 9.30-17 uur. Bij knp 59 LA naar de molen.

Horeca, niet-biologisch: • **HET OUDE STATION**, Stationsweg 4, Dalfsen, www.hetoudestation.nl.

• **MOOI RIVIER**, Oude Oever 10, Dalfsen, www.mooirivier.nl.

• **THEETUIN DE BOSRAND**, Eierweg 15, Wijthmen, T: (0529) 40 18 93; onregelmatig open.

De routes

De fietstrektocht

Dag 1

P Station Dalfsen – 83 – 59 – 08 – 69 – 60 – 64 – 40 – 12 – 13 – 14 – 15 – 37 – **ri 99, zie A** (Shiitake-kwekerij en Reestlandhoeve) – 88 – 22 – **ri 23, zie B** (Zonnehorst).

A: Na knp 37, bij huisnr. 46 LA *Oud Avereest 48, 50, 50a/Eigen weg/Doodlopende weg*, onverhard (kort stuk mul zand). (Shiitake-kwekerij op nr. 2, geen bord 'kwekerij'.) Einde onverharde weg LA, *Luttenoeverweg*, en vervolgens einde weg RA *Hoofdweg*. (Reestlandhoeve op huisnr. 21.) *Hoofdweg* wordt *Burg. Van Wijngaardenstraat*. Bij P23176 LA, naar knp 88, onverhard fietspad langs zandweg.

B: Waar de route naar knp 23 RA gaat, RD *Evenboersweg* en einde weg RA, *Evenboersweg*, naar de Zonnehorst (nr. 28). (Voor de dagtocht: heen-en-weer naar Zonnehorst dan naar knp 23).

Dag 2

Zie C – 23 – 21 – 54 – **ri 42, zie D** (Landjuweel) – 57 – 56 – 43 – 44 – 45 – **ri 49, zie E** (Tuin Salland) – 41 – 40 – 79 – 86 – 76 – 87 – 58 – 83.

C: Zonnehorst RA verlaten. Op splitsing LA ri Stap-horst, *Mr. J.B. Kanlaan*, en na ca. 100 m LA, *B.H. Spijkerweg*, naar knp 23.

D: Voorbij knp 54 op N758 2e weg LA, *Middenweg*. (Landjuweel op nr. 4.) Einde weg LA, *Hoevendwarsweg*, en 1e weg RA, *Hoevenweg*, naar knp 57.

E: Ca. 200 m vóór spoorovergang LA dijk af, onderaan weer LA (Tuin Salland is onderaan RA, Maatgravenweg 20), en direct RA, *Hooiweg*. Op 3-sprong RA, *Oude Dalfserweg*. Voorbij spoorlijn naar knp 41.

Dagtocht 1 (ca. 24 km, bij Dalfsen)

P station Dalfsen – 83 – 58 – 44 – 45 – **ri 49**, zie **E** (Tuin Salland) – 41 – 40 – 79 – 86 – 76 – 87 – 58 – 83.

OVERIJSSSEL



LEGENDA

- Dagtocht 1: 24 km
- Dagtocht 2: 25 km
- 2 uur
- Weiland, akkerland, rivierdalen

- knp = fietsknooppunt
- LA = linksaf
- RA = rechtsaf
- RD = rechtdoor
- ri = richting
- P25347 = ANWB-paddestoel 25347
- Y = richtingbord

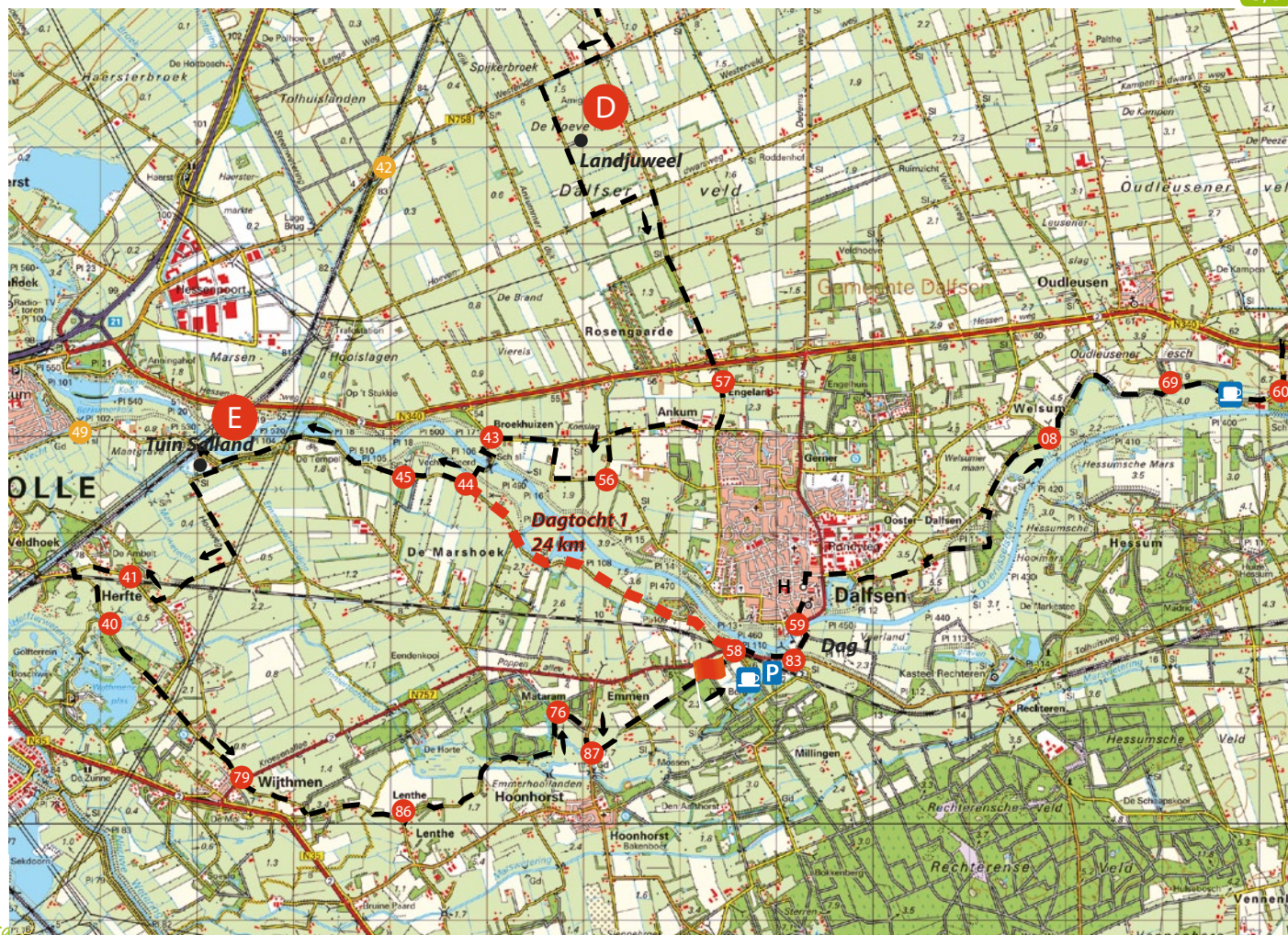
Dagtocht 2 (ca. 25 km, bij Balkbrug)

P De Wheem – 37 – **ri 99**, zie **A** (Shiitake + Reestlandhoeve) – 88 – 22 – (Zonnehorst: **ri 23**, zie **B**) – 23 – 24 – 35 – 36 – 37 – P de Wheem.

Twee dagtochten

Let op: Waar de dagtocht afwijkt van de tweedaagse trektocht, is de route niet op de fiets gecontroleerd; die korte stukjes van de dagtochten zijn vanaf de kaart samengesteld.





Aantekeningen

Het landschap

De streek Overijsselse Vecht kenmerkt zich door kleinschaligheid en oogstrelende boerderijen. Het landschap doet prettig ouderwets aan met zijn grote afwisseling van akkers, stroken bos, weilanden en heggen die de percelen omzomen. Tel daar de intieme dorpjes, de Staphorster Boswachterij en het Reestdal bij op en het is duidelijk dat dit een prima fietsgebied is. Ook het stuk langs de Vecht is prachtig. Vanaf de kronkelende dijk heb je ruim uitzicht over drassige natuur en weilanden mét en zónder schapen en koeien. Het riviertje de Reest is vanaf het zadel niet te zien, maar dat is niet erg, want ook de rest van het Reestdal is heel aantrekkelijk.



Er zijn zelfs bloembollenvelden in Overijssel.



Natte natuur vlak bij de IJssel.



Net buiten Dalfsen.



De Zonnehorst

Toen Hillie en Henk Bunschoek in 1980 met de Zonnehorst begonnen, was er slechts een kaal stuk weiland. Inmiddels staan er ruime bedrijfsgebouwen, een woning en een kas met daarachter een fikse strook akkerland waar een keur aan groenten en kruiden op wordt gekweekt. Maar er is meer, zoals paddenpoelen en een idyllisch kampeerterreintje waar – super – geen megacampers op passen, laat staan stacaravans. 'Het mooiste vond ik indertijd de ontdekking dat de natuur héél belangrijk is voor het evenwicht op mijn akkers', zegt Henk. 'Daarom heb ik bewust natuurplekken gecreëerd die voor natuurlijke vijanden zorgen. Lieveheersbeestjes zijn gek op luizen, vogels eten

emelten en rupsen, en sluipwespen hebben het op andere plaagbeestjes gemunt. Zo werk ik samen met de natuur in plaats van dat ik de natuur tegenwerk en uitsluit. Er zijn vier bijenkasten en een prachtige hangkorf, en er wordt gewerkt aan een bijentuin. Bovendien hebben we een belevingstuin met veel bloemen, ook voor de pluk. Dat is een succes.' Wekelijks melden zich nieuwe klanten in de boerderijwinkel. 'Onze burens ontdekten na 25 jaar dat biologisch zo lekker en gezond is. Die hadden zelden een voet in de winkel gezet, maar vragen zich nu af waarom niet', glundert Henk.

vouwrand



Het super-kampeerterreintje op de Zonnehorst.



Hard werken op de Zonnehorst.



Shiitakes op een eikenstammetje.



Menno Haveman vertelt met passie over zijn bos-shiitakes.

Shiitake-kwekerij Haveman

Midden in het bos aan een zandweg bij Lutten-Oever groeien de shiitakes van Menno Haveman. Zelfs voor Japanners is Menno's kweekmethode bijzonder. 'Je moet wel geduld hebben voor shiitakes', zegt Menno, 'want eerst stop ik de entstof via een door mezelf ontwikkelde methode in versgezaagde eikenhouten stammetjes die twee maanden verstorven zijn. Daarna moet ik de stammetjes zo'n anderhalf jaar vertroetelen, toespreken en verzorgen.' Ineens gebeurt het dan: aan de oppervlakte verschijnt een paddestoeltje, dat in twee weken uitgroeit tot een volwassen shiitake. Elke twee maanden kan

er van een stam geoogst worden, vier jaar lang. 'Tenminste, als de reeën mijn shiitakes niet opvreten. Ik heb van alles geprobeerd, maar niets helpt afdoende tegen hun eetlust', zucht Menno. 'Weet je trouwens waar de naam *shiitake* vandaan komt? In Japan heb je de *Shii*-boom en *take* betekent *paddestoel*. Je zou shiitake dus kunnen vertalen met *eikenboom-paddestoel*.'



Wijngoed Reestlandhoeve

Van melk naar wijn is geen logische stap en toch schakelde John Huisman zo'n tien jaar geleden vanwege een hernia om, ondanks dat hij geen wijnliefhebber was (zijn vrouw wel!). Druiven groeien niet bepaald in de hemel, dus dat betekent ook bukken, zou je denken, net als bij de koeien. 'Ik laat mijn wijnranken wat hoger groeien en dat gaat prima. Doen ze in Duitsland ook', zegt John. 'Ik heb vier druivenrassen en daar produceer ik zes soorten wijn mee. Een Duitse wijnmaker maakt de wijn voor ons, maar mijn vrouw Wilma en ik bepalen de samenstelling. We zijn al vele malen in de prijzen gevallen op internationale wijnkeuringen in Berlijn en Wenen. We zijn hartstikke trots op de laatste gouden medaille voor onze biologische Reestlander wit. Die moet je eens proeven.'



De druiven doen het goed op de Reestlandhoeve.



De wijn van de Reestlandhoeve valt regelmatig in de prijzen.



De verse groente van Landjuweel De Hoeven wordt afgeleverd bij De Groene Marke.



Landjuweel De Hoeven

Anнемie Lepelaars en Thijs Scholten zijn echte duizendpoten die een boerderijwinkel runnen en groenten kweken. Bovendien hebben ze 55 melkkoeien, doen aan educatie en vangen psychiatrische patiënten op. 'We werken aan het herstellen van hun kracht en laten ze focussen op hun talenten', zegt Annemie aan tafel in de kantine, waar klanten zelf mogen bepalen hoeveel ze voor de thee, de koffie en de hemelse koekjes betalen.

'Over kracht gesproken, onze koeien hebben horens, want dan zijn ze energetisch beter in evenwicht.' Een koe verdedigt zich met haar horens en bepaalt zo de rangorde binnen de kudde. Dat er biologisch-dynamisch geboerd wordt, is voor Annemie vanzelfsprekend. 'We zijn voortdurend bezig om alles nóg duurzamer te maken. De wetenschap zit niet stil en daar kunnen wij ook van profiteren.' Landjuweel hoeft niet te groeien: 'Het hoeft niet meer, maar wel beter, dat is ons toekomstdoel.'

vouwrand

Tuin Salland

Omdat Tuin Salland groentetassen levert aan een groeiende groep mensen, wordt er een breed assortiment geteeld. 'Mensen willen niet de hele winter kool eten', zegt Johan van den Dries. Een nadeel van abonnementen is dat veel mensen op vakantie zijn als de meeste groenten volgroeid zijn. 'Daar houden we rekening mee. We telen midden in de zomervakantie minder sla en tomaten', legt Johan uit. 'Waar ik me ontzettend over kan opwinden is dat mensen soms te lui zijn om te koken. Er is inmiddels al biologisch fastfood!' Door een niet zo bekende groente in de tas te doen (met recept uiteraard), probeert Johan mensen aan te sporen eens iets anders te eten dan de bekende top-5 van bloemkool, boontjes, tomaten, sla en komkommer. Tuinderij Salland kweekt alle plantjes zelf op, wat de kwaliteit ten goede komt. 'Veel mensen zijn verbaasd en qua smaak aangenaam verrast als ze biologisch gaan eten', lacht Johan.



Mooie boerderijen bij de vleet in Overijssel.



De kalfjes van biologisch gefokte koeien blijven een tijdje bij de moeder.



Bollenvelden in Overijssel.



Kunstwerk bij het station van Dalfsen.

Colofon

In opdracht van Bionext

Noes Lautier, www.noeslautier.nl

Ontwerp: Yvonne du Pon, Bionext

Fotografie: Robert Eckhardt, Noes Lautier en Giel Tange



Bionext