

Natuurlijk snoepgoed uit de Värmlandse natuur - Zweden

Champignons staan bijna te juichen, bessen wuiven en bramen blozen. Zomer in Zweden is smikkelen en smullen van natuurlijk snoepgoed: lekker, gezond en rond de Klarälvenrivier in Värmland overal te vinden.

Een lekkere, frisse snack vind je tussen struiken en bomen – middenin de Zweedse natuur. Als je niet weet waar je moet zoeken, vraag het een professional. Zoals Monica Swenson in Munkfors, een gemeente in het hart van het stroomgebied van de Klarälven ('de heldere rivier'). Koningin van de paddenstoelen wordt de toeristisch informatiemedewerker ook wel genoemd. Ze is een autoriteit in Zweden als het om de lekkernij gaat.

'Bezoekers denken vaak alleen aan cantharellen of champignons, maar de Zweedse natuur heeft zo veel meer te bieden. Als je maar weet waarnaar je zoekt', zegt ze. 'Er zijn ongeveer vierduizend soorten paddenstoelen, waarvan er zeker honderd eetbaar zijn.'

Swenson is gecertificeerd consulent en haalt zo razendvlug de eetbare paddenstoelen uit de natuur. Ze kan er uren over vertellen en er boeken over volschrijven. 's Zomers neemt ze vrijaf om met bezoekers de bossen in te trekken, voor het verzamelen van ingrediënten om die met de groep te bereiden tot een avondmaal. De toertochten zijn heel populair bij de Zwitsers, maar ook steeds meer Nederlanders gaan graag mee op ontdekking.

Lakene Gård

De 'paddenstoelenschool' van Swenson bezoekt ieder jaar ook de Lakene Gård. Op deze vakantieboerderij staat alles in het teken van het leven en het werken met dieren en natuurproducten. Katten, schapen, honden, paarden, bevers, champignons en vis. Laat gastheer Anders Ekblom en gastvrouw Susanne Öhrström vertellen over van alles en nog wat.

Improviseren

Leif Eriksson-Wallin trekt al sinds 1998 onder bedrijfsnaam Lewa i Vildmarken de natuur in, met het klassieke Uddeholm Hotell aan het meer Rådasjön doorgaans als startpunt. Zo kun je met Eriksson-Wallin op een eland- of beversafari, met eten in de natuur als vast ingrediënt. Improviseren is dan het leukst, vindt hij.

'Een stuk hout kan een bord zijn, ingrediënten haal je deels uit de omgeving en zo blijft het maken van een gerecht op open vuur altijd spannend. Laatst ging ik heel enthousiast met een groep Nederlanders de maaltijd bereiden. Blijkt er een topkok bij te zijn. Gekozen tot Nederlands beste van het jaar, voegde zijn vrouw er nog even aan toe. Een uitdaging dus. We hebben een leuke en lekkere middag gehad.'

Spoorfietsen

Op 'jacht' naar natuurlijk snoepgoed met extra beweging: stap met de fiets op de spoorbaan. Wilde aarbeien en ander bosfruit groeit links en rechts van de rails – de natuur trakteert je. Vanaf het goed bewaarde fabrieksmuseum in Stjärnsfors leg je op speciale spoorfietsen – of dressins – een dozijn kilometer af. Een avontuur voor het hele gezin.

Leven in en met de natuur. In Värmland is er geen ontkomen aan, erkennen Chris en Jasperina Wilstra van Värmland Adventures. De geëmigreerde Nederlanders werken samen met Zweedse partners om bezoekers een 'totaalbeleving' te bieden, onder meer met wandeltochten en 3-daagse kooktrips in de natuur.

'We vertellen nooit precies wat je onderweg kunt tegenkomen aan wilde dieren en natuurlijk snoepgoed. Maar de Zweedse natuur heeft zo veel te bieden, dat iedere tocht vol verrassingen zit', zegt Chris Wilstra met een veelbelovende glimlach.