

VILD MAD

Strandengen ved Farø

HVORDAN KOMMER JEG I GANG?

Ved at forberede dig godt, så er du sikker på hvad der er spiseligt og hvordan du plukker med omtanke for naturens kredsløb og den næste sanker.

På hjemmesiden vildmad.dk under afsnittet "viden" kan du orientere dig om sankeregler og de spiselige arter og deres anvendelse. Får du mistanke om at du har spist noget giftigt så ring til giftlinjen 82 12 12 12.

På hjemmesiden vordingborg.dk/vildmad kan du læse mere.



Kom i gang med at finde din spiselige art ved at bruge App'en VILD MAD

SANKERUTER 5 STEDER I MØN UNESCO BIOSFÆREOMRÅDET

At indsamle vilde spiselige arter kaldes også for at "sanke". Vilde planter, svampe, dyr og tang er langt tilbage i tiden blevet spist af mennesker som kendte til arternes levesteder og de bedste sanketidspunkter på året. I dag ønsker mange mennesker igen at skaffe sig viden om, hvilke af naturens arter der trygt kan indsamles og spises, og hvor de vokser. Sankeruterne på strandengen ved Farø, Jordbassinerne ved Lendemarke, Stege Skov, Udby Skov og Hegnede Skov giver dig mulighed for at komme i gang. Ruterne fører dig rundt til voksestederne, hvor du kan sanke de spiselige arter på deres høsttidspunkt. *God fornøjelse!*



© Kirsten Hjørne

Lægekogleare

Her er eksempler på spiselige arter du kan finde her ved strandengen ved Farø.

Strandmælde* • Strandarve* • Strandbede • Lægekogleare

*Strandmælde og Strandarve bør i følge Lægemiddelstyrelsen kun spises i små mængder ligesom et krydderi.



1. STRANDGEN VED FARØ ved det nye rekreative område overfor Cafe Farø Vad. GPS/adresse: 54°56'10.9"N 12°00'04.4"E



2. JORDBASSINERNE ved stien fra p-pladsen efter Kostervej 24, 4780 Stege. GPS/adresse: 54°58'46.6"N 12°15'55.5"E



3. STEGE SKOV ved p-plads ved indgang fra Kobbelvej/Pilevej, 4780 Stege. GPS/adresse: 54°59'41.4"N 12°17'28.9"E



4. UDBY SKOV ved Mosehældgård shelterplads fra Trehøjevej, 4780 Stege. GPS/adresse: 55°00'30.3"N 12°17'57.4"E



5. HEGNEDE SKOV ved P-plads i den nordlige del af Toftvej, 4780 Stege. GPS/adresse: 55°01'24.6"N 12°18'00.1"E



Udgiver: Vordingborg Kommune, Layout: Fomsgaard Design. Støttet med midler fra Friluftsrådet