Seniorenbeirat bei der
Technikniederlassung Nordost
(ehem. FA 1 / FA 4 Berlin)
Wandergruppe

STIFTUNG BETREUUNGSWERK
Post Postbank Telekom

Wanderung Juli 2018 um den Schermützelsee (Buckow / Märkische Schweiz)

Liebe Wanderfreundinnen, liebe Wanderfreunde,

Die „Märkische Schweiz" gehört zu den schönsten Ausflugsgebieten in der Berliner Umgebung. Immer wieder lohnt sich ein Besuch dieser reizvollen Gegend.
Mit der Regionalbahn fahren wir bis Müncheberg/Mark und dann weiter mit dem Bus 928 nach Buckow. Buckow ist eine beschauliche Kleinstadt mit ca. 1700 Einwohnern und einem ehrenamtlichen Bürgermeister. Der Ort ist staatlich anerkannter Kneipp-Kurort, hat eine Reha-Klinik (Onkologie) und eine Mutter-Kind-Klinik.
Wir verlassen den Bus an der Haltestelle Buckow, Markt. In Fahrtrichtung gehend erreichen wir den Markt mit der Information (Möglichkeit der WC-Nutzung). Erst folgen wir der Wriezener Straße und biegen dann links in die Werderstraße ein. Wenn wir die Berthold-Brecht-Straße erreichen biegen wir in diese rechts ab.
Auf dem Grundstück Hausnummer 30 befindet sich das Brecht-Weigel-Haus. Dieses Haus wurde 1911 von einem Berliner Bildhauer gebaut. Bertolt Brecht bewohnte diese Villa mit seiner Ehefrau Helene Weigel von 1953 - 1956.
Unser Weg führt uns an einem weiteren See vorbei. Es ist der Weiße See, der mit dem Schermützelsee verbunden ist. Wir kommen schließlich zu einer Straße, an der ein Wanderschild steht mit der Aufschrift „Rundweg um den Schermützelsee".
An dieser Stelle wollen wir vom Rundwanderweg (Wanderzeichen grüner Punkt) — abweichen. Wir wählen den „Panoramaweg" (Wanderzeichen roter Punkt), einen Hangweg mit herrlicher Aussicht über den 45 m tiefen Schermützelsee. Davor können wir an einem schön gelegenen Rastplatz eine Pause machen.
Der Panoramaweg wird seinem Namen wirklich gerecht und bietet ständig wechselnde Ausblicke auf den Schermützelsee. Wir müssen aber auch anmerken, dass dieser Weg einige Anforderungen an unsere Kondition stellt. Es sind immerhin 140 Höhenmeter in mehrfach wechselnden Auf- und Abstiegen zu bewältigen.
Am ehemaligen Gasthaus Buchenfried mündet der Panoramaweg wieder in den Uferweg. Im weiteren Verlauf kommen wir an mehreren Schluchten vorbei, die hier „Kehlen" genannt werden. Diese Rinnen sind durch das abfließende Schmelzwasser der Eiszeit entstanden. In den Stollen der „Schwarzen Kehle" wurde ab 1851 Braunkohle gefördert.
Dann geht es abwärts zu einer kleinen Siedlung. Hoch auf einem Hügel thront ein Haus im Tiroler Stil, mit dem Namen „Weiße Taube". Es handelt sich um eine ehemalige Ausflugsgaststätte, jetzt ein Kinderheim.
Bevor wir unsere Tour nach ca. 7,5 km beenden, überqueren wir das Sophienfließ. Von hier ist es nicht mehr weit bis zum Strandbad in Buckow. Gegenüber, mit schönem Blick über den Schermützelsee, liegt das Strandhotel. Hier können wir einkehren und uns von der Wanderung erholen.

Es kann ein Essenwunsch aus der anliegenden Speisekarte angegeben werden!

Für die Wald- und Uferwege mit Höhenunterschieden wird festes Schuhwerk empfohlen.

Die Strecke ist ca. 7,5 km lang.

Wandertermine:

- 02.07.2018 (Mo) Eike
- 19.07.2018 (Do) Jochen
- 26.07.2018 (Do) Rainer

Wir freuen uns auf Eure Anmeldung bitte für alle 3 Termine bis zum 22.06.2018!

Bitte an den Essenwunsch und BBT-Bedarf denken.

Treffpunkt: auf dem Bhf. Lichtenberg, Gleis 15 (Fahrschein Berlin AB)
Abfahrt: Abfahrt des RB26 Richtung Kostrzyn um 09:37 Uhr).
Ankunft: Müncheberg, Bahnhof um 10:13 Uhr
Weiterfahrt: mit Bus 928 um 10:30 Uhr
Ankunft: Buckow (Märkische Schweiz), Markt um 10:46 Uhr
Fahrausweise: ab Lichtenberg BB-Ticket!

Wanderkosten: 1.- €

Herzliche Grüße von Euren Wanderbegleitern Eike, Jochen und Rainer

Speisekarte Strandhotel

Suppen:
Hausgemachte Soljanka mit Sauerrahm und Brot 3,50 EUR
„Buckower Fischsuppe" tomatisiert, mit Fischfilet, Gemüse und Sauerrahm, dazu Brot 4,30 EUR
Vegane Möhren-Kokos-Ingwer-Suppe 3,50 EUR

Aus den Gärten der Region:
Kleiner Blattsalat mit hausgemachten Orangen-Vinaigrette 4,10 EUR
Großer Blattsalat mit hausgemachten Orangen-Vinaigrette, gebratenen Hähnchenstreifen und Croutons 8,30 EUR

Wir reichen stets Brot zu unseren Vorspeisen und Suppen

Vorspeisen:
Gebackene Champignonköpfe mit Knoblauchcreme, Brot 5,40 EUR
Lachs-Crêpe-Röllchen mit Frischkäse, buntem Blattsalat und Orangen-Vinaigrette 6,50 EUR
Brandenburger Schafskäse gebacken in knuspriger Sesam-Cornflakes-Panade
auf Tomate-Knoblauch-Concassèe, Brot 6,30 EUR

Fischgerichte aus Märkisch-Oderland:
Kleines gebratenes Zanderfilet auf Gemüsereis 10,90 EUR
Forelle „Müllerin" mit Gurkensalat, Kräuterbutter und Petersilienkartoffeln 12,90 EUR
Gebratenes Zanderfilet mit zarter Kräuterkruste auf Lauchgemüse und Kartoffel-Quark-Taschen 13,90 EUR
Aal grün mit Dillsauce, Gurkensalat und Kartoffeln 14,90 EUR

Vegane & vegetarische Gerichte:
Backkartoffel mit Kräuter-Selleriequark und Blattsalat 6,90 [UR
Leckere vegane Linsenbratlinge auf Tomaten-Estragon-Sauce, Apfel-Kartoffelstampf 9,30 EUR
Sellerieschnitzel mit Tagesgemüse der Saison, Reis 10,90 EUR
„Chili con Tofu" mit Reis 10,60 [UR
"Tofu-Pilz-Geschnetzeltes"' im Vollkorn-Nudelnest 10,50 EUR
Gefüllte Paprikaschote mit Spinat, Soja und Tomaten-Estragon-Sauce,
dazu Kartoffeln und Salatteller 11,80 EUR

Weiteres aus Topf und Pfanne:
(unser Fleisch erhalten wir von der Biofleischerei Gehricke aus Platkow)
Herzhafter Gulasch mit Apfelrotkohl und Kartoffeln 8,90 EUR
Hausgemachte Wildschweinsülze mit Hausfrauensauce, Salat, Bratkartoffeln 9,90 EUR
Gegrilltes Hähnchenbrustfilet mit Walnuss-Gremolata, Kroketten, Salat 10,40 EUR
Kassier Schnitzel mit Tagesgemüse und Kartoffeln 10,10 EUR
Schnitzel „Wiener Art" mit Rahmchampignons und Pommes frites 10,90 EUR
Schweinesteak „Luzern" mit Kochschinken, Zwiebeln, Champignonsauce & Käse überbacken,
Saisongemüse und Kroketten 11,50 EUR
Zarte Schweinefiletspitzen in Trauben-Rotwein-Sauce im Nudelnest 12,20 EUR
Rumpsteak mit Kräuterbutter, Speckbohnen und Pommes frites 15,80 EUR

Desserts:
Kirsch-Quarkcreme „Schwarzwälder Art", hausgemacht mit knusprigen Schoko-Keksstücken 4,80 EUR
„Jogurt-Traum" leicht und lecker mit Nüssen, Trauben und Honig 4,80 EUR
Warme Schokoladentarte auf Vanillesauce mit Früchten 4,80 EUR
Nuss-Honigecken, mit frischem Obst und Schlagrahm 4,80 EUR