

# SERVUS in Bayern



**Haflinger in den Bergen**  
Sommerfrische für Pferde

**Über dem Königssee**  
Sennerin Annas Liebe zur Alm

↔ E I N F A C H . G U T . L E B E N ↔



## Magische Kräfte

Wie Erdstrahlen und  
Wasseradern unser Leben  
beeinflussen.

SEPTEMBER

09/2020

D 4,60 EUR

CH 7,00 CHF

ESP/IT/LUX 4,80 EUR

RÄDELN  
ENTLANG DES NECKARS  
FLÜSSGENUSS IN  
DEN WEINBERGEN

HERZHAFTES REZEpte MIT STEINPILZEN

## SCHÄTZE DES WALDES

Warum uns Schwammerlsuchen zu Glückspilzen macht.



#werdetyroler [f](#) [o](#) [p](#)

Wennst dir eine Stärkung  
verdient hast.

# Werde Tyroler!



Passen perfekt  
in jeden  
Wanderrucksack

Ob als Snack zur verdienten Pause nach dem Gipfelsieg, als Jause beim Radfahren oder im Büro: die Tiroler Kaminwurzerl, Chiliwurzerl und Almwurzerl von HANDL TYROL sind die perfekte Stärkung für jede Situation.

Diese original Tiroler Spezialitäten werden aus bestem österreichischem Schweinefleisch und nach traditionellen handwerklichen Verfahren hergestellt.

Dein HANDL TYROL Speckmeister



Offizieller Partner des Alpenvereins  
zur Erhaltung der Wege und Hütten

# VON PFERDEN, KÜHEN & MENSCHEN

Ein Leben auf der Alm, wer hätte davon nicht schon einmal geträumt. Das Handy gibt Ruhe, weil es im besten Fall gar keinen Empfang hat, die Straßen im Tal sind nicht einmal mehr als Hintergrundrauschen hörbar, man spürt den weichen Almboden unter den Fußsohlen, atmet die frische, würzige Bergluft und beobachtet ein paar Gämsen beim Herumkraxeln im Fels. Der Tag beginnt mit dem Gebimmel der Kuhglocken und endet mit dem Blick in einen Himmel voller Sterne, und der nächste Tag wird nicht anders sein: Ungefähr so kann man sich das Glück schon vorstellen.

Im September kehren dann Menschen und Tiere langsam wieder zurück ins Tal. Wir haben im Spätsommer zwei Almen besucht: Fotograf Peter Podpera war in den Kitzbüheler Bergen, um dort Österreichs größte Haflingerherde auf Sommerfrische abzubilden, Autorin Verena Randolph hat mit Elisabeth Leitner, der Hüterin der Herde, gesprochen – eine grandiose Geschichte in Bild und Wort, ab Seite 10. Und Tristan Berger und Sebastian Gabriel waren auf der Königstalalm in den Berchtesgadener Alpen und haben Anna Brandner besucht: Die junge Frau hat das Büro gegen die Alm getauscht, um sich ihren Traum vom Sennerrin-Sein zu erfüllen, ab Seite 106. Wem beim Lesen dieser Geschichten nicht das Herz aufgeht, muss wirklich ein eingefleischter Stadtmensch sein.

Glück ist jedenfalls auch, dass wir mitten in der Hochsaison des Schwammerlsuchens sind. Dazu finden Sie ein kleines Pilz-Lexikon auf Seite 55 und Steinpilzrezepte ab Seite 52. Und ein aufgeregter René Freund hat noch schnell, bevor er in den Wald verschwand, seine Kolumne geliefert, in der er erzählt, wieso er nicht nur ein Gartenfreund, sondern auch ein Glückspilz ist. Aber lesen Sie bitte selbst – Seite 61.

Wir wünschen einen schönen Spätsommer, wenn die nächste Ausgabe von Servus erscheint, am 24. September, ist schon Herbst.

*Markus Honsig  
& die Servus-Redaktion*



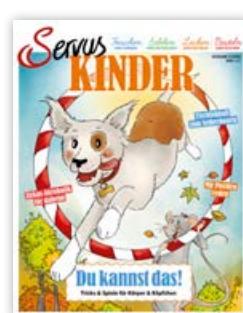
**ELKE PAPOUSCHEK**

Die leidenschaftliche Schrebergärtnerin und Servus-Autorin der ersten Stunde werkt dort, wo Wien in den Wienerwald übergeht und Rehe oder andere tierische Gartenbewohner sich über die Früchte des Naturgartens freuen. Zum Beispiel in der bunt gemischten Hecke, über die sie in dieser Ausgabe schreibt. Ab Seite 42.

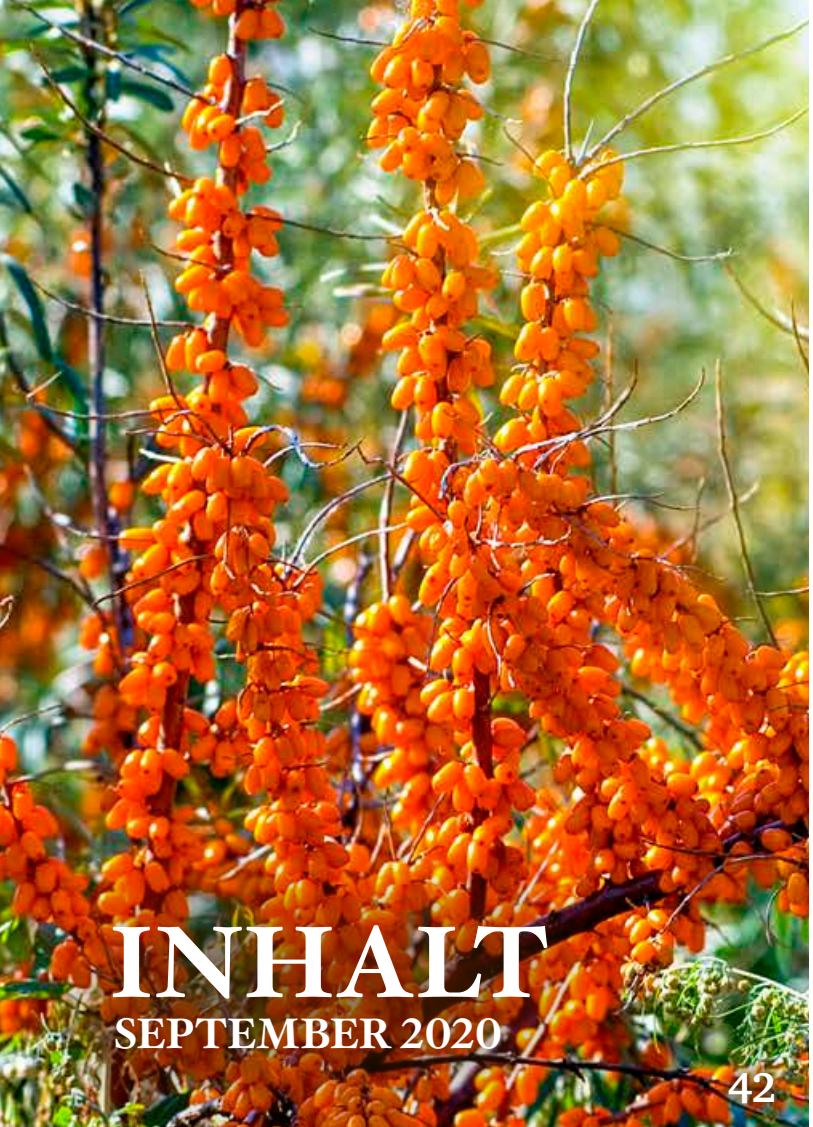


**NINA STRASSER**

war in ihrem früheren Leben Judoka. Bei Servus leitet die mehrfach ausgezeichnete Journalistin das Kinderheft und versucht in der aktuellen Ausgabe Kinder für Sport zu begeistern. Die Ideen für die Abenteuer von Wally Wuff-Zack, Karli K. Ratte und Co fallen ihr beim Laufen ein.



Im neuen „Servus Kinder“:  
Akrobatentricks für daheim und ein  
Tischfußballspiel zum Selberbauen.  
Jetzt im Zeitschriftenhandel und  
als Abo unter [servus.com/kinder](http://servus.com/kinder)



# INHALT SEPTEMBER 2020

42



124



76



98

## GESUNDES LEBEN

### NATURWISSEN

#### 20 Magische Kräfte

Sie können uns den Schlaf rauben oder einen Energieschub verpassen: Wie Wasserradern und Erdstrahlen unser Leben beeinflussen.

### SERIE

#### 26 Schatzinsel

Sylvia Junger findet ihr Sammelglück in der Großstadt Wien. Entlang der Donau ist ihr liebstes Jagdrevier.

### ALTE HEILMITTEL

#### 30 Das Elixier der Nonne Hildegard

Wein, Petersilie und Bienenhonig: Viel mehr braucht es nicht für den Herzwein, der die Lebenskraft stärkt.

### NÄTURLICH SCHÖN

#### 32 Feine Mixtur

Wir rühren aus den wertvollen Ölen von Borretsch und Hagebutte eine nährende Creme für den Körper.

## UNSER GARTEN

### BESUCH

#### 36 Im Blütenrausch

Im kleinen Weinort Frickenhausen bei Würzburg haben sich Marina und Achim Wüst ein Paradies voller Buchshecken, bunter Dahlien und üppiger Sukkulanten erschaffen.

### STRÄUCHER

#### 42 Hecken, die schmecken

Sie schützen vor fremden Blicken, bieten der Fauna Unterschlupf und versorgen mit süßen Früchten.

## GUTE KÜCHE

### ERNTEFRISCH

#### 52 Schätze des Waldes

Steinpilze sind die Könige unter den heimischen Speisepilzen. Kein Wunder, dass sie früher nur die Herrschaft essen durfte.

### REZEPTE MIT KÄSE

#### 62 Verzauberte Milch

Die würzigen Laibe, Rollen und Cremen spielen beim Kochen alle Stüberl. Wir zeigen fünf davon.

### REZEPTE VON DAMALS

#### 74 Groß werden

Wenn nicht viel zu Hause war, den Liebsten aber der Magen knurrte, kochte Martina Bachlers Oma geschnittene Nudeln mit Erdäpfelsoß.

### WIRTSCHAUSBESUCH

#### 76 Lob der krummen Rübe

Im schönen Scheidegg im Westallgäu betreibt das Brüderpaar Markus und Thomas Stöckeler das traditionelle Gasthaus „Zum Hirschen“.



96



62



26

100

## MEIN DAHEIM

### HAUSBESUCH

#### 80 Zurück zu den Wurzeln

Johannes und Claudia Auersperg genießen nach Jahren in London ihr Leben nun am Attersee in Österreich.

### DEKORIEREN

#### 90 Geflochten & gedreht

Basteln mit Bast: Das vielseitige Naturmaterial gibt dem Zuhause eine warme, heimelige Note.

### BASTELN MIT KINDERN

#### 96 Ein Beutel für alle Fälle

Nadel und Faden, Leinen, Kordel und etwas Geschick: Viel braucht es nicht, um einen Rucksack selbst zu nähen.

## SCHÖNE HEIMAT

### HANDWERK

#### 100 Im Daubenschlag

Bernd Hamal aus Staatz im niederösterreichischen Weinviertel macht aus alten Weinfässern kleine Kunstwerke.

### LAND UND LEUTE

#### 106 Die Liebe zur Alm

Anna Brandners Herz wollte nur eines: rauf auf den Berg und Sennerin sein. Das bescherte ihr harte Arbeit – und große Glücksgefühle.

### ALTE ZEITEN

#### 116 Der Magier von Zwickledt

Alfred Kubin, der große Zeichner und Illustrator, war zeit seines Lebens ein Getriebener.

### AUSFLUG

#### 124 Flussgenuss in Weinbergen

Wir radeln durch die bezaubernde Landschaft entlang des Weinradwegs in Württemberg und treffen lauter glückliche Menschen.

## STANDARDS

### 3 Vorwort

### 6 Mundart

### 8 Postkastl

### 10 Servus im September: Auf Sommerfrische

### 33 Mondkalender

### 34 Unser Garten

### 48 Naturkalender

### 61 Der Gartenfreund

### 72 Dorli Muhr:

Wie Boden schmeckt

### 78 Schönes für drinnen

### 98 Tanjas Tierleben

### 138 Harald Nachförg:

Weißer als weiß

### 139 ServusTV

### 146 Vorschau, Impressum

# Mundart

Von Martin Fraas



## WIEDERKÄUEN

Ob auf der Alm oder bereits im Tal: Jetzt kann man allerorten wieder Kühe dabei beobachten, wie sie genüsslich wiederkäuen. Eine halbe bis dreiviertel Stunde dauert das, und innerhalb eines Tages wiederholen die Kühe das Wiederkäuen drei- bis viermal. Der Volksmund in Bayern hat für diesen Vorgang eine Vielzahl an Ausdrücken geprägt. Das Verb (*ein)däuen*, das in einigen Varianten vorkommt, geht aufs althochdeutsche Wort *douwen* zurück, also verdauen. Eine große Wortgruppe hat den alten Ausdruck *iterucken* als Wurzel. Dessen Stammwort *rucken* leitet sich vom indogermanischen *reug* ab, was „erbrechen“ und „rülpsen“ bedeutete. Etwa 42 Kaubewegungen macht die Kuh beim Durchgang des Wiederkäuens. Wohl bekomm's!

### kaffe

Adelshofen, Landkreis Ansbach,  
Mittelfranken

### däuen

Lindenberg, Landkreis Lindau,  
Westallgäu

### HINDRUCKEN

Surberg, Landkreis Traunstein, Oberbayern

### ittrucken

Dentlein am Forst, Landkreis Ansbach,  
Mittelfranken

### NIDAROCHA

Schleching, Landkreis Traunstein, Oberbayern

### EINKAUEN

Weßling, Landkreis Starnberg,  
Oberbayern

### irdrucken

Beutelsbach, Landkreis Passau,  
Niederbayern

### EINDÄUEN

Ichenhausen, Landkreis Günzburg, Schwaben

### URKAUFEN

Goldkronach, Landkreis Bayreuth, Oberfranken

### idrocha

Pups, Landkreis Rosenheim, Oberbayern

### EINDRUCKEN

Obergünzburg, Landkreis Ostallgäu,  
Schwaben

### EIKUE

Ettal, Landkreis Garmisch-  
Partenkirchen, Oberbayern

Familienurlaub gibt es überall.  
Echte Familienmomente  
erlebt ihr nur hier.



Das fühlst du nur hier.

Willkommen im  
**Zillertal**



In Kooperation mit  DB ÖBB

**Erlebe das Zillertal.**

Actionreiche Ausflüge, modernste Sommerbergbahnen und unsere einzigartigen Bergerlebnisse lassen das Familienherz bis zu 3.000 Meter höherschlagen. Und mittendrin: du.

**Tipp:** Entspannt mit der Bahn ins Zillertal. Immer richtig günstig mit den Sparpreisen der DB und der Sparschiene der ÖBB!

Jetzt buchen und selbst erleben auf  
[www.zillertal.at](http://www.zillertal.at)

# POSTKASTL

## *Unsere Leserinnen und Leser schreiben*

### Von Servus inspiriert

#### Leserfoto des Monats



**Ursula Zitzmann aus Bad Tölz** schickte uns dieses stimmungsvolle Bild aus Oberöschering. Sie schreibt: „Wanderungen führen mich immer wieder in diese Region, und jedes Mal werde ich nicht müde, zu allen Jahreszeiten Eindrücke zu sammeln.“

#### Schaukeln im Unterallgäu

Begeistert lese ich die Mundartspalte. In meiner Familie wurden langbeinige, geflügelte Insekten als „Brettschneider“ bezeichnet. Und ich will noch einen Begriff aus dem Unterallgäu teilen: *gigampfa*, was so viel wie kippeln bedeutet. Dabei schaukelt man auf zwei Stuhlbeinen vor und zurück, indem man sich vom Tisch abstößt.  
**Gisela Hocke, München**

#### Unter Gleichgesinnten

Mit großer Freude habe ich den Artikel von Frau Muhr in Ihrer Juli-Ausgabe gelesen. Endlich jemand, der meine Begeisterung

für heißes Wasser teilt! Auch ich trinke seit fast zwanzig Jahren mit Vorliebe heißes Wasser zu jeder Gelegenheit und kenne die bisweilen verwundert-mitleidigen Blicke meiner Mitmenschen, wenn ich dies erzähle oder als Getränkewunsch äußere.

**Stefanie Truong, Aachen**

#### Rituale geben Halt

Die Kolumne „Tee ohne Tee“ hat mich sehr bewegt. Einerseits, weil ich es genieße, Kräutertee frisch aus dem Garten zu trinken, andererseits, weil kleine Rituale dem Leben Halt geben können.

**Gudrun Schüpferling, Pretzfeld**

#### Tipps aus Bingen

Der Artikel über Hildegard von Bingen, die große Tochter meiner Heimatstadt, hat mich sehr gefreut. Ich wohne quasi auf dem ehemaligen Klostergrundstück in Bingerbrück. Ein paar Tipps von mir: Unser „Museum am Strom – Hildegard von Bingen“ zeigt eine umfassende Hildegard-Ausstellung, die Ruine des Klosters Disibodenberg zeugt noch immer von der Großartigkeit der Anlage, und im Hildegardorum auf dem Rochusberg wird nach Hildegard gekocht. Auch die Nonnen der Benediktinerabtei St. Hildegard bei Rüdesheim am Rhein pflegen das Erbe der wunderbaren Hildegard.  
**Manuela Beck, Bingen**

#### Zwergenhaftes Vieh

Wir machen seit Jahren in Vorarlberg Urlaub, aber von zwergenhaftem Vieh, das durch Sigs Zäune auf die Alm getrieben wird, haben wir nie gehört! Das hat uns im Heft „Das Schöne liegt so nah“ amüsiert.  
**Familie Lang, Berlin**

### Nachgebastelt

#### Miniatuurkräutergarten

Das Kräuterbeet aus dem Juli-Heft hat uns so beeindruckt, dass wir es gleich nachgebaut haben. Besten Dank für die inspirierenden Ideen!

**Heinrich Färber, Loiching**



#### Ernte

*Der Sommer, der zu Ende,  
lässt mit Freude uns zurück.  
Müd' die arbeitsamen Hände,  
doch zum Fleiß kommt nun das Glück.*

*Gut gediehen sind die Früchte,  
volle Trauben trägt der Wein,  
und im prallen Sonnenlichte  
kehrt im Obst die Reife ein.*

*Goldgelb leuchtet das Getreide,  
das der Landwirt schneiden kann.  
Auch das Vieh auf satter Weide  
gut gefüttert wuchs heran.*

*Alles scheint gar wohlgeraten.  
Scheunen füllt die Jahreszeit.  
Was die Bauern sich erbaten,  
ernten sie in Dankbarkeit!*

**Wir danken Hans Günter Kastner aus Salzburg für die Einsendung dieses schönen Gedichts.**

**Wir freuen uns auf Post von Ihnen.**

Einfach an Servus in Stadt & Land, KW Leserbriefe, Heinrich-Collin-Straße 1, 1140 Wien, oder als Mail mit vollem Namen und Wohnort an [redaktion@servus.com](mailto:redaktion@servus.com) schicken. Oder Sie hinterlassen uns eine Nachricht auf [facebook.com/servusinstadtundland](https://facebook.com/servusinstadtundland).



Carolina Kostner,  
Weltmeisterin,  
Vizeweltmeisterin,  
Olympiadritte,  
Grand Prix-Siegerin  
und fünfmalige  
Europameisterin.

# *Servus* in Paradise

*Mis Henke*

EIN TEIL VON MIR

# ES WAR EIN GUTER SOMMER

Auf den Kitzbüheler Grasbergen kommt jedes Jahr eine Haflingerherde mit hundert Tieren zur Sommerfrische zusammen. Im September geht es wieder hinunter ins Tal: Das Springen über Bäche hat die Pferde trittsicher gemacht, das Galoppieren über den weichen Almboden war gesund für Hufe und Gelenke, der Zusammenhalt in der Herde hat ihr Selbstbewusstsein gestärkt.

TEXT: VERENA RANDOLF FOTOS: PETER PODPERA





**Chefinnensache.** Angeführt und beschützt von ihrer Leitstute, scharen sich von Juli bis September dieselben Tiere zu Gruppen zusammen. Wer mit wem die Wochen auf der Alm verbringt, ist eine Frage der Sympathie.

DIE HERDE, DIE AUF DER  
580 HEKTAR GROSSEN ALM  
ZUSAMMENGEFUNDEN HAT,  
IST EINGESCHWOREN.





**Lieb und nett.** Blonde Mähne, langes Haar, fuchsfarbenes Fell in allen Schattierungen.  
Haflinger sind gutmütige Tiere und beliebte Familienpferde.

SERVUS IM SPÄTSOMMER





**Pferdeparadies.** Weicher, mooriger Boden, sattes Grün, das Nichtstun und die Weite in den Kitzbüheler Grasbergen: Die Sintersbacher Alm ist ein Paradies für Pferde.



**Hüterin der Herde.** Die Tirolerin Elisabeth Leitner liebt Pferde, seit sie ein kleines Mädchen war. Sie kennt jedes einzelne Tier in ihrer Obhut und sieht jeden Tag auf der Alm nach dem Rechten.

F rühmorgens, wenn die Sonne über den Kitzbüheler Alpen aufgeht, ist Elisabeth Leitner schon lange wach. Feldstecher, gutes Schuhwerk, Autoschlüssel. Im Kofferraum ihres Geländewagens steht ein Kübel mit Salz, die Kurven hinauf zur Sintersbacher Alm zwischen Kuhkaser und Geißstein könnte die Tirolerin im Schlaf zurücklegen, schließlich fährt sie die Strecke seit vierzig Jahren. Egal ob es stürmt oder schneit, ob der Nebel tief hängt oder die Sonne scheint: Die halbe Stunde hinauf zum Hochplateau fährt Elisabeth jeden Tag, und oben – auf mehr als 2.000 Metern Seehöhe – wird sie täglich dringend erwartet: Von hundert reingezogenen Haflingerpferden, die sich ungeduldig wiehernd um ihr Auto scharen, freudig, sie zu sehen.

Es ist die größte Haflingerherde Österreichs, die hier – je nach Wetterlage – von Juli bis September mitten in den Kitzbüheler Grasbergen lebt. Auf einer flachen Hochebene, umgeben von lieblichen Hügeln, mit Gras bewachsen. Ein unübliches Bild, so hoch oben in den Bergen, wo es nirgends sonst mehr Wiesen gibt, aber hervorragend geeignet für das Halten von Pferden.

#### 30 JAHRE ALM-ERFAHRUNG

Elisabeth Leitner hatte schon immer eine Leidenschaft für Pferde. Zehn der Tiere, die auf ihrer Alm grasen, gehören der Landwirtin. Der Rest der Herde ist zu Gast. Kein willkürlich zusammengewürfelter Haufen allerdings, sondern mit Bedacht ausgewählt: Elisabeth achtet darauf, dass die Haflinger

charakterlich harmonieren. Die Herde, die sich auf der 580 Hektar großen Privatalm gebildet hat, ist eingeschworen. Eine der Stuten kommt seit über dreißig Jahren jeden Sommer hierher. Erfahrene Leitstuten unter den Tieren zu haben ist essenziell für Elisabeth. So schön es auf der Sintersbacher Alm ist, so gefährlich ist es nämlich auch: Die 2.000 Meter Seehöhe bedingen rasche Wetterumbrüche. Manchmal auch Schnee mitten im August. Die erfahrenen Leitstuten kennen den Weg zu den niedriger gelegenen Almen, die besser geschützt sind. Sie geben auf die Fohlen acht und halten die Gruppe zusammen.

Wenn Elisabeth aus ihrem Geländewagen steigt und neben den beiden flachen Steinen parkt, auf die sie jeden Tag Salz ➤

**Fohlenschule.** Die Wochen auf der Sintersbacher Alm sind ein ideales Training für den Nachwuchs: Hier lernen die jungen Pferde fürs Leben.



—  
WENN SIE IM SEPTEMBER  
VON DER ALM ZURÜCKKOMMEN,  
SIND SIE NOCH GELASSENER,  
ALS HAFLINGER OHNEHIN SIND.  
—



A photograph showing the hindquarters and tails of two light-colored horses (possibly Haflingers) standing on a green, grassy hillside. They are looking towards a majestic mountain range in the background under a clear blue sky with some wispy clouds.

**Gute Aussichten.** Auch Pferde wissen schöne Aussichten zu schätzen: Hier genießt ein Pärchen den Blick auf den Wilden Kaiser.

für die Tiere streut, wird es am Hochplateau geschäftig: Die gierigsten Pferde drängeln nach vorne und stecken ihre Nase in Elisabeths Kübel. Jedes will gern ein Maulvoll mit Salz. Die gemütlicheren schlecken im Laufe des Tages die Reste vom Fels.

Elisabeth kennt das Gesicht jedes einzelnen Tiers. „Ruhig, du hast ja schon gehabt“, sagt sie in der Pferdeherde stehend, wenn ihr eines der Tiere zum wiederholten Male seine Schnauze in die Seite stupst. Die Pferde versorgen sich hier oben selbst, nur das Salz bringt Elisabeth. Und sie zählt jeden Tag, ob die Herde vollständig ist. Fehlt ihr ein Tier, schnürt sie die Wanderschuhe fest – auch bei Regen stapft sie den Hang hinauf – und macht sich auf, um ihren Schützling zu suchen. Zurück geht sie erst, wenn sie die, die ihr fehlen, gefunden hat.

Elisabeths Tiroler Haflinger sind hochbeinige, schlanke Pferde, die mit dem plumpen Tier früherer Züchtungen nicht viel gemein haben. Sie sind leichtfüßig, aufmerksam, gelehrt und gutmütig. Und wenn sie im September von der Alm herunterkommen, sind sie noch gelassener, als es Haflinger ohnehin schon sind. Das Springen über Bäche hat sie trittsicher gemacht, das Galoppieren über den weichen, moorigen Boden war gesund für ihre Hufe und Gelenke. Der Zusammenhalt in der Herde hat ihr Selbstbewusstsein gestärkt.

Um es in Elisabeths Worten zu sagen: „Die Wochen in der Wildnis sind für die Tiere eine Wohltat.“ Auf die sie sich Jahr für Jahr freuen. Das merkt Elisabeth, wenn die Haflinger nach Monaten im Stall auf ihre Alm zurückkehren. Dann wird laut gewiehert, und die Wiedersehensfreude ist groß.



# MIT PENDEL UND WÜNSCHELRUTE

Die magischen Kräfte der Erde: Sie können uns den Schlaf rauben oder einen Energieschub verpassen. Wie Erdstrahlen und Wasseradern unser Leben beeinflussen.

TEXT: MARGRET HÄNDLER ILLUSTRATIONEN\*: ANDREAS POSSELT\*

Warum finden manche Menschen in ihrem Bett kaum zur Ruhe? Wieso geben Kühe an bestimmten Plätzen im Stall nur wenig Milch? Und warum legt das Huhn sein Ei nicht ins Nest, sondern draußen vor die Scheune? Was wiederum gefällt der großen Eiche vor dem Haus, dass sie derart prächtig wächst und gedeiht, während sich der Apfelbaum wenige Meter daneben in alle erdenklichen Richtungen zu krümmen versucht?

Es gibt Orte in der Natur, an denen wir uns unglaublich wohlfühlen, wo wir die Seele baumeln lassen können und regelrecht auftanken. Dann gibt es aber auch Plätze, die wir schneller passieren, gar nicht richtig wahrnehmen oder unbewusst vielleicht sogar meiden. Und ähnlich wie uns

Menschen scheint es auch den Tieren und Pflanzen zu gehen. Doch welches Geheimnis steckt dahinter? Diese Frage ist wohl so alt wie die Geschichte des Menschen selbst.

Die Höhlenmalereien von Lascaux in Südfrankreich, die in der Zeit um 15.000 vor Christus entstanden, zeigen bereits Darstellungen von Wünschelrutengehern, also von Menschen, die mithilfe eines Zweigs oder Pendels versuchten, geheimnisvolle Kräfte aus der Erde aufzuspüren und so deren Wirkung auf das Leben zu erkennen. Sogenannte Erdstrahlen sollten des Rätsels Lösung sein. Ihre Entstehung erklärte man sich so: Aus Regen und versickertem Schmelzwasser bildeten sich unterirdische Wasseradern. Während sich das Nass im Erdreich seinen Weg bahnte, wurde es vielfach ge-

hemmt und gehindert. Dadurch entstand Druck, und die dabei erzeugte Energie strahlt nach oben. Im Volksmund wird dieser Prozess Erdstrahlung genannt.

#### AMEISEN SUCHEN WASSERADERN

Wo einst ein alter Heustadel oder eine Bienenhütte stand, die Stelle, an der ein Bründl entspringt oder der uralte Hausbau wächst – alle diese Orte sind aus der Sicht von Wünschelrutengehern nicht einfach beliebig gewählt.

Bauherren aus alter Zeit haben höchstwahrscheinlich gezielt auf diese unterirdischen Kraftlinien gesetzt. So hat man etwa Bergbauernhöfe oder Almhütten nicht nur an landschaftlich günstigen Stellen positioniert. Als Schutz vor Blitzschlag achtete

\*unter Verwendung der Werke von Walther Müller, C. F. Schmidt, K. Gunther, Otto Wilhelm Thomé



man auch darauf, dass der höchste Punkt des Hauses an einem neutralen Platz – ohne darunter verlaufende Wasserader – stand, damit der Blitz nicht davon angezogen wird.

Unsere Vorfahren nutzten aber auch das Wissen um die Vorlieben von Tieren und leiteten daraus für Haus und Hof – natürlich auch für sich selbst – günstige Lebensbedingungen ab. Ein alter Brauch, um einen geeigneten Bauplatz zu finden, war es, Rinder oder Schafe darauf weiden zu lassen. Dort, wo sich die Tiere zur Ruhe legten, war mit großer Wahrscheinlichkeit auch ein guter Schlafplatz für die Menschen. Denn, so war man überzeugt, alle Haustiere – mit Ausnahme der Katze – meiden Wasseradern. Auch Ameisen galten als recht sichere Strahlenanzeiger. Weil die Bauern wussten, dass

sich die Insekten über Kreuzungspunkten, also auf besonders strahlenbelasteten Plätzen wohl fühlen, hat man Nester in der Erde vergraben. Dort, wo Ameisen emsig ihre Hügel bauten, ging man davon aus, dass kein guter Hausplatz war.

Im Bereich von Wasseradern werde nämlich das Erdmagnetfeld geschwächt. Dieses braucht unser Körper aber in der Nacht, um seine Batterien aufladen zu können. Liegt das Bett genau über so einer Zone, falle es schwer, erholsam zu schlummern, lautet ein Erklärungsansatz des Schweizer Instituts für Erdstrahlen und Elektrosmog.

In Kirchen und Gotteshäusern hingegen errichteten die Baumeister die Kanzel bewusst über einer Kreuzung von mehreren Wasseradern, um das Wirken des Priesters

mithilfe der wundersamen Kräfte aus der Erde zu verstärken und den Würdenträgern einen zusätzlichen Energieschub zu verschaffen. Im Bereich der Eingänge von Sakralbauten sollen wiederum kraftnehmende Plätze zu finden sein, die Demut und Schwäche bewirken.

#### DIE DORFKAPELLE ALS KRAFTORT

Auch Dorfkapellen galten seit jeher als besondere Kraftorte. Sie dienen Menschen bis heute als Ort, um Sorgen abzuladen, um für das Gedeihen der Ernte zu beten, oder sie dienen Wanderern und Pilgern als willkommene Rastplätze, um Kraft für den weiteren Weg zu tanken.

Der Mensch fühlt sich zwar auf Dauer über einer Wasserader oder Reizzone ➤



unwohl und gilt allgemein als Strahlenflüchter. Es kommt aber immer auf die Dauer und Intensität der Einwirkung an. Denn kurze oder zeitlich begrenzte Aufenthalte an jenen als Kraftorten beschriebenen Plätzen können sich durchaus positiv auswirken, Körper und Geist anregen oder gar beruhigen. Diese Wirkung macht man sich bei Kuraufenthalten in Heilbädern zunutze.

Und die Pflanzen? Wenn sie trotz bester Pflege und an einem passenden Standort nicht und nicht gedeihen wollten, dann war das ein recht sicheres Zeichen dafür, dass noch etwas anderes auf ihr Wachstum Einfluss haben musste.

So wie bei den Tieren gibt es auch bei Pflanzen solche, die Strahlen suchen, und solche, die sie meiden – mit dem Unterschied, dass Pflanzen und Bäume die Stelle, an der sie gepflanzt wurden, nicht mehr verlassen können. Also beginnen sie ganz unterschiedlich auf ihre Umgebung zu reagieren. Der Apfelbaum etwa versucht durch extremen Schrägwuchs einer belasteten Störzone zu entkommen. Eine Eiche als Strahlensucher hingegen gedeiht prächtig auf einer strahlenbelasteten Stelle.

Streng betrachtet handelt es sich bei Erdstrahlen nicht um Strahlen im physikalischen Sinn, sondern um Energien, die vor allem über strömendem Grundwasser messbar sind. Anders als das fast homogene Erdmagnetfeld, das unseren Erdball umgibt, tritt diese Art der Strahlung nicht überall gleichmäßig auf, sondern nur an manchen Stellen verstärkt. Eben dort, wo die sogenannten Wasseradern verlaufen.

Der Glaube an die Wirkung von Wasseradern und Erdstrahlen und auch an die Art und Weise, wie sie aufgespürt werden, hat die Menschen stets geteilt – in jene, die den

Vorgängen etwas abgewinnen können und möglicherweise nach einer langen Leidengeschichte wegen schlafloser Nächte selbst schon einmal den Rat eines Rutengängers eingeholt haben, und solche, die das alles als Humbug betrachten und ins Reich der Scharlatanerie verbannen. Man kann es Zweiteren auch gar nicht wirklich übel nehmen, mutet das Wirken von Wünschelruten-gängern mit ihren Werkzeugen wie Pendel oder Haselzweig doch recht esoterisch an.

Das Wirken von unsichtbaren Kräften hat immer etwas Magisches an sich, und die Natur ist voll davon. So können wir uns heute noch immer nicht exakt erklären, woran sich Zugvögel auf ihrer tausende Kilometer langen Reise orientieren oder wie ganze Fischschwärm blitzschnell ihre Richtung ändern können, ohne dass auch nur einer von ihnen ausschert und den restlichen Schwarm in heilloses Chaos stürzt.

#### IM REICH DER ERFAHRUNGSWISSENSCHAFTEN

Radiästhesie und Geomantie können nicht gemessen werden und dürfen sich somit nicht als Wissenschaft bezeichnen. Es handelt sich vielmehr um dokumentierte Erfahrungen. So wie die Pflanzenheilkunde lange eine Erfahrungswissenschaft war, ehe die Pharmakognosie ihre Inhaltsstoffe und Wirkstoffe messbar und erklärbar machte.

Den Salzburger Mediziner Hans Gasperl begeistert die Wissenschaft, und trotzdem lässt er in seine Arbeit auch das Nichtmessbare wie die Radiästhesie mit einfließen. Er ist überzeugt, dass jeder Mensch Emotionen, Seele und Geist hat, also auch aus Nichtmateriellem besteht und somit als fühlendes Wesen auch auf Reize seiner Umwelt reagiert. Daher haben auch schon Ärzte wie Hippokrates Menschen zur



# WIE VON GEISTERHAND

*Manche Tiere und Pflanzen versuchen Wasseradern zu meiden, andere fühlen sich darauf sogar wohl. Sie zeigen das durch ihr Verhalten.*

## .....TIERE.....

### STRAHLENSUCHER

**Katzen** mögen Erdstrahlen. Als einziges Haustier sucht der Stubentiger sogar Kreuzungen von Wasseradern, Verwirfungen oder sogenannte Netzgitterstreifen auf. Wo die Katze gern liegt, sollte der Mensch nicht unbedingt schlafen (die warme Ofenbank ausgenommen).

**Bienen** schwirren fleißiger aus und liefern größere Erträge, wenn ihre Völker in Bienenstöcken untergebracht sind, die auf Reizzonen liegen.

**Ameisen** suchen starke Reizzonen und bauen ihre Haufen dort, auch Ameisenstraßen orientieren sich daran.

**Spinnen** gehören ebenfalls zu den Strahlensuchern. Wenn sie durchs Haus wandern, zählt für sie weniger, ob sie sich in der kühlen Speis oder in der warmen Stube aufhalten. Sie wandern entlang von Reizstreifen.

**Zugvögel** orientieren sich auf ihrem Weg in den Süden an Signalen, die aus dem Erdfeld stammen. Ähnliches gilt für Wildtiere und Straßen mit häufigem Wildwechsel.

### STRAHLENFLÜCHTER

**Kühe**, sagt man, reagieren auf Erdstrahlen mit weniger Milchleistung und Kränklichkeiten. Das trifft fast ausschließlich auf Stalltiere zu, in der Natur kann die Kuh instinktiv ausweichen.

**Pferde** sollen sich in Ställen über Wasseradern besonders unwohl fühlen und scharren dann häufiger, oder sie sind anfälliger für Infektionen.

**Hühner** verlassen zum Eierlegen den Stall, sind unruhig und kränklich, wenn ihr Stall über Reizzonen steht.

**Schwalben** bauen generell nicht an mit Wasseradern belasteten Orten. Der Volksmund sagt: Wo Schwalben nisten, da schlägt der Blitz nicht ein.

**Rehsteige** oder Straßen mit Wildwechsel verlaufen oft über Reizzonen, während diese Orte als Schlafplätze gemieden werden.

**Hunde** reagieren besonders empfindlich und zeigen allerlei Symptome wie schlechten Appetit. Als Schlafstelle wählen Hunde nur störungsfreie Plätze.

## .....BÄUME & PFLANZEN.....

**Wildkräuter** wie Gänseblümchen, Löwenzahn, Brennnessel, Farn, Johanniskraut oder Efeu suchen Strahlen. Besonders Gänseblümchen und Klee gelten als Wegweiser für Reizzonen. **Eichen**, Weiden, Kastanien, Lärchen und Fichten zählen ebenfalls zu den Strahlensuchern, bei den Sträuchern gehören Holunder, Haselnuss, Schlehe und Tollkirsche dazu.

Birke, Buche, Ulme, Linde, Nussbaum, Kiefer und Erle weichen Strahlen eher aus. **Obstbäume** gelten generell als empfindlich gegenüber Wasseradern, besonders Apfel, Zwetschge, Aprikose, Birne oder Kirsche. Ihre Stämme fallen dann durch **Schrägwuchs oder Wucherungen** auf. Auch Flieder, Rosen, Weinreben und Beeren gedeihen schlechter über Erdstrahlen.

## DIE WICHTIGSTEN BEGRIFFE

Die Beschäftigung mit dem Phänomen der Erdstrahlen nennt man **Radiästhesie**, was so viel bedeutet wie „Strahlenföhligkeit“. Ein anderer Begriff dafür ist **Geomantie**, was „Weissagung aus der Erde“ heißt und sich mit den Energiestromen an besonderen Kraftorten befasst.

Menschen, die mit der Wünschelrute arbeiten, bezeichnet man als **Rutler** oder **Radiästhete**. Sie können Erdstrahlen wahrnehmen und diese mithilfe der **Rute** oder **dem Pendel** aufzeigen. Als Urwerkzeug dienten einst Äste oder Zweige von Bäumen und Sträuchern wie Weide oder Hasel. Modernere Ruten sind mittlerweile aus Metall, aber auch aus Kunststoff. Das Aufspüren von Wasseradern nennt man in der Fachsprache **Muten**.

Als **Wünschelrutengeher** kommen seit jeher Menschen infrage, die als sensibel oder besonders feinfühlig gelten. Bis heute unvergessen ist im niederbayerischen Vilsbiburg Freiherr Gustav von Pohl. Der **Naturforscher** und Wünschelrutengänger führte 1928 unter strenger Aufsicht ein Experiment durch, mit dem er den Beweis zu erbringen versuchte, dass Todesfälle an Krebs in der Region ausnahmslos in Häusern, Zimmern und Betten zu beklagen waren, die sich über besonders starken unterirdischen **Wasserläufen** befanden. Das amtliche Protokoll seines gelungenen Versuchs liegt bis heute im Stadtarchiv von Vilsbiburg.

Die lange Dokumentation belegt, dass es schon immer Menschen gegeben hat, die mit Wünschelrute oder Pendel unterirdische Besonderheiten aufzuspüren versuchten.

Erholung in die Natur geschickt. Der ärztliche Gedanke beschäftigt sich mit der Frage, an welchen Orten in der Natur der Mensch am meisten für sein Leben profitieren kann.

Diesem Phänomen ist Hans Gasperl seit vielen Jahrzehnten auf der Spur, wohl wissend, dass es sich um heikles, nicht ganz umstrittenes parawissenschaftliches Thema handelt. Hier möchte er mit seinem medizinischen Hintergrund ein wenig aufklären. Denn er ist überzeugt: Wer sich für die Kraft der Erde interessiert, kann für sein Wohlbefinden und seine Gesundheit Gutes tun.

Wer sich als seriöser Rutengeher bezeichnen will, sieht seine Aufgabe darin, einen guten Platz zum Wohnen und Schlafen zu finden. Und nicht, um Hilfsmittelchen zum Abschirmen von Strahlen zu verkaufen. Abschirmen, da sind sich die Radiästheten mehrheitlich einig, bringt nämlich nichts.

**\* Zum Nachlesen:**  
Hans Gasperl, „Die geheime Kraft aus der Erde. Wie Wasseradern und Erdstrahlen unser Leben beeinflussen“, Servus Verlag, 25 Euro



# Online-Naturapotheke-Seminar

**Termine: 19. 9. 2020 und 17. 10. 2020**



Naturapotheke-Seminar  
mit Servus-Kolumnistin

*Karin  
Buchart*



## **Die Welt der Kräuter und Heilpflanzen kennen und nutzen lernen:**

In unseren Online-Seminaren erfahren Sie von unserer Servus-Kolumnistin Karin Buchart alles Wissenswerte über Essigauszüge oder geistige Auszüge, deren Wirkung, Anwendung und Herstellung.

Lassen Sie sich inspirieren und erleben Sie die Kraft der Natur –  
auf alle Teilnehmerinnen & Teilnehmer wartet ein kleines Servus-Geschenkset.

**Alle Details zum Seminar und zur Anmeldung unter:**

**[servus.com/naturapotheke-seminar](http://servus.com/naturapotheke-seminar)**

**Sammlerglück.** Mit der Stadt Wien im Blick sammelt Sylvia Junger auf der Donauinsel Kräuter und andere wild wachsende Pflanzen. Seit die Wiesen seltener gemäht werden, gedeiht hier die Vielfalt.



UNSERE  
KRÄUTERFRAUEN  
**TEIL XXIII**  
*Ihr Leben, ihre Weisheiten,  
ihre Rezepte*



**Traumpaar.** Schafgarbe und Distel sind nicht wählerisch und treten gern gemeinsam auf.

## SCHATZINSEL

Als Kind tollte Kräuterfrau Sylvia Junger über hoch gelegene Bergwiesen, heute findet sie ihr Sammelglück in der Großstadt Wien. Die Donauinsel ist eines ihrer liebsten Jagdreviere.

TEXT: SILVIA PFAFFENWIMMER FOTOS: JULIA ROTTER

Ha, da ist der erste Beifuß. Das hab ich gewusst“, sagt Sylvia Junger und schlägt einen Haken durch die wildblühende Wiese. Die Kirschkern-Ketten um ihren Hals hüpfen fröhlich auf und ab, das lange Haar wippt im Takt dazu. Noch ist es früh, die Donauinsel liegt nahezu verlassen da. Wie ein langgestrecktes Schiff ankert sie im Wasser und trennt die Neue von der Immer-schonda-Donau. Im Sommer kann es hier schon einmal laut werden, doch jetzt schlummern die meisten Insulaner noch sanft in ihren Betten. Nur der Verkehr schickt ein leises Rauschen von der nahen Autobahnbrücke.

Sylvia Junger scheinen diese Nebengeräusche nicht zu stören. Aufgewachsen auf einem Bergbauernhof im Salzburger Pinzgau, hat sie gelernt, die Dinge so zu

nehmen, wie sie sind. „Man darf nicht jammern“, wird sie auf diesem Kräuterspaziergang mitten in der Großstadt noch öfter sagen. Nicht jammern und aus dem Gegebenen das Beste machen, das kann die Kräuterpädagogin gut: Selbst im tristesten Straßengrau entdeckt sie Heilsames und Kostbares. Risse im Asphalt, Fugen zwischen Pflastersteinen – Sylvias geschultem Auge bleibt kein noch so winziges Biotop verborgen.

### NIE MIT LEEREN HÄNDEN

„Meine Urgroßmutter hat Mensch und Tier mit nur 15 Pflanzen, die rund um ihren Hof wuchsen, therapiert“, sagt die gelernte Krankenschwester. Von jedem ihrer Zweckgänge – für Ausflüge war damals keine Zeit – brachte die Uroma etwas Nützliches mit:

Moos fürs Grab, Brennholz für den Ofen, ein paar Walderdbeeren für die Nachspeise. Und obwohl Sylvia diese Sammlerei als Kind ziemlich auf die Nerven ging, hat sie sich doch tief eingeprägt und nach dem Umzug nach Wien sogar ins Gegenteil verkehrt.

„Ich kann nicht anders – ich bring auch immer was mit“, sagt die 46-Jährige und verschwindet im Halbdunkel eines Donauinsel-Wäldechens. Hier kennt sie jeden Fleck und – wie’s scheint – auch jeden Baum und jedes Kraut. Besagten Beifuß etwa, der mit Salbei in jede Räuchermischung gehört. Das Einjährige Beruf- oder Beschreikraut, das nicht nur bei Hauterkrankungen hilft, sondern auch vor Verwünschungen schützen soll. Oder den Honigklee, den man früher als Wetteranzeiger an die Tür





**Kopfwehkraut.** Das Mädesüß mit seinen wolkigen Blüten hilft bei Erkältungen und Kopfschmerzen.

**Lieblingsplatz.** Fischerboote, dümpelnde Enten und ein ruhiger Fluss – Sylvia Junger liebt die stillen Seiten der Donauinsel.



## Rezept



### RÄUCHERKUGEL

#### Das braucht man

Verschiedene Kräuter, zum Beispiel Beifuß, Steppensalbei, Schafgarbe, Berufskraut, Johanniskraut oder Königskerze.

#### So wird's gemacht

Die Kräuter werden mit der Hand zu einer Kugel zusammengedrückt und mit langen Stängeln oder Blütenständen fixiert. Nach dem Trocknen (dauert rund 3–5 Tage) kann die Kugel verräuchert werden (am besten im Freien). Dazu kurz über eine Flamme halten und, sobald sie zu glosen beginnt, in einem hitzefesten Teller oder einer Schale ablegen. Ist die Kugel innen noch feucht, erlischt sie und kann nach einer weiteren Trockenzeit wieder angezündet werden.

gehängt hat: Verströmte er einen feinen Duft, wurde es nass. Sogar Zuwanderern wie der Kanadischen Goldrute oder dem Japanischen Staudenknöterich kann Sylvia etwas Gutes abgewinnen: Aus der Goldrute kocht sie einen Tee zum Entwässern, aus den Triebspitzen des Knöterichs im Frühling zartes Gemüse. „Schmeckt ähnlich wie Rhabarber“, sagt die Kräuterfrau – und gleich darauf: „Pscht!“ Nicht einmal einen Steinwurf entfernt steht ein Reh. Offenbar ist es an Menschen gewöhnt, denn es entfernt sich nur sehr gemächlich in Richtung Unterholz.

Einen Heidenspaß scheinen auch die Enten zu haben, die in einem Teich Start- und Landeübungen machen. Auch ein Biber hat an dieser Stelle schon einmal Sylvias



**Blütenreich.** Das Einjährige Berufkraut (links) kann bei Hauterkrankungen Linderung verschaffen, früher galt es als Schutzpflanze vor Verwünschungen. Sein Zweitname Beschreikraut deutet noch darauf hin. Sylvia Junger wickelt es mit anderen Kräutern und Pflanzen in ihre Räucherkugel.

Weg gekreuzt. Die Stadt ist hier weit weg, auch wenn ihre Geräusche leise durch die Blätter dringen. Am schattigen Ufer wächst sogar jetzt noch Mädesüß, ein hilfreiches Kraut bei Kopfweh und Erkältung. „Riecht ein bissel nach Zahnarzt“, sagt Sylvia und nimmt einen der cremeweißen Blütenstände in die Hand. „Wenn alle schnupfen, geh ich heim und trinke Mädesüßtee und einen Schnaps aus der Heimat.“

Es sind Geschichten wie diese, die die Kräuterspaziergänge der 46-Jährigen so unterhaltsam und lehrreich machen. Gemeinsam mit einer Freundin hat sie die „Wiener Kräuterakademie“ gegründet, regelmäßig gibt es dort Stammtische, Kochkurse und Ausflüge in die Botanik der Großstadt. Das Kräutersammeln zwischen

Stein und Beton stoße aber mitunter auf Unverständnis, erzählt Sylvia. „Wie kannst du nur!“, höre sie oft.

#### ZWEITWOHNSITZ IM GARTENHAUS

Solchen Einwänden begegnet die Kräuterfrau mit Souveränität und Sachkenntnis. In der Stadt gibt es zwar viel Verkehr, aber wenig Industrie und keine Pestizide aus der Landwirtschaft. Wer die Augen offen hält und beim Sammeln den Hausverstand walten lässt, habe nichts zu befürchten, sagt Sylvia und ergänzt: „Wir alle leben nun mal nicht unter einem Glassturz.“

Seit 15 Jahren besitzen sie und ihr Mann einen kleinen Garten an der Alten Donau in Stadlau. Mehr als 300 verschiedene Blumen, Kräuter und Heilpflanzen wachsen dort.

Jedes Jahr im April übersiedelt die Familie in ihre Gartenhütte und verbringt dort den ganzen Sommer. Das sei jedes Mal wie ein langer Urlaub, schwärmt die Kräuterfrau.

Bevor es zurück in die Wohnung geht, sammelt sie noch ein paar Erinnerungen: Knopfkraut und Königsckerze, Salbei und Schafgarbe. Daheim wandern die Schätze in schöne Gläser und bekommen klingende Namen wie „Spätsommertag auf der Donauinsel“. Ebendieser neigt sich jetzt dem Ende zu, Sylvas Korb ist gut gefüllt. An der Brücke, gleich unter der U-Bahn-Station, wartet ihr Rad und bringt sie zurück in die Stadt.

\* **Sylvia Junger** lebt in Wien und bietet Kräuterspaziergänge im Stadtgebiet an. [kräuterakademie.at](http://kräuterakademie.at)

Karin Buchart

## DIE NATUR-APOTHEKE



# DAS ELIXIER DER NONNE HILDEGARD

Wein, Petersilie und Bienenhonig: Viel mehr braucht es nicht für den Herzwein, einen uralten Heiltrank, der die Lebenskraft stärkt. Oder um ein Gläschen mit jenen zu teilen, die uns am Herzen liegen.

ILLUSTRATIONEN: KERSTIN LUTTENFELDNER

**W**er im Herzen leidet, trinke ihn oft, und er heilt ihn, wird Hildegard von Bingen (1098–1179) gerne zitiert. Der Herzwein hat eine lange Geschichte. Die mittelalterliche Nonne hat ihn vor mehr als 800 Jahren als Heilmittel berühmt gemacht. Ihr Benediktinerinnenkloster lag am Rhein, mitten in einer Weinregion, wo die Schwestern Weinbau betrieben und die Äbtissin mit dem Rebensaft experimentierte. Wein ist ein wunderbares Auszugsmittel, das Wirkstoffe aus Pflanzen lösen kann und so der Verdauung leicht zugänglich macht.

### GRÜNKRAFT FÜR EIN LANGES LEBEN

Die wichtigste Zutat in Hildegards Herzwein ist die Petersilie, von der Blätter und Stängel ausgekocht werden. Ihre besondere Stärke liegt in der Entwässerung. Petersilie setzt leichte Reize in der Niere, so entsteht die wassertreibende Kraft, die das Herz entlastet. Neben Wacholderbeeren und Liebstöckl gehört sie zu den am stärksten entwässernden Pflanzen. Petersilie kann

aber noch viel mehr: Ihr Pflanzenfarbstoff Apiin wirkt antioxidativ und entspannt die Muskeln im Körper. Der glatten Muskulatur von Herz, Blase und Gebärmutter hingegen verleiht sie mehr Spannung. Somit werden selbst die feinsten Blutgefäße gut durchblutet und geben dem Herz schließlich mehr Kraft.

Um die wertvollen Pflanzenwirkstoffe aus der Petersilie zu lösen, ist es wichtig, sie zunächst alleine im Wein zu kochen, dann erst fügt man Honig und Kräuter hinzu.

Beim Trinken von Herzwein macht der Rotwein die Schleimhäute aufnahmefähig, so werden die Wirkstoffe und auch der Zucker aus dem Honig gut verfügbar für den Körper. Das macht sich als deutlicher Energieschub bemerkbar, der oft als wärmend beschrieben wird.

Petersilie bringt viel grüne Farbe mit, sie ist nach der Brennessel die Pflanze mit dem höchsten Chlorophyllgehalt. Der grüne Pflanzenwirkstoff schützt unsere Zellen und verleiht ihnen ein langes Leben.

Das traditionelle Grundrezept des Herzweins ist im Laufe der Jahrhunderte immer wieder abgewandelt und weiterentwickelt worden. Die so in Klöstern entstandenen Medizinalweine enthalten wenig Alkohol und lassen sich stamperlweise genießen.

Heute enthält der Herzwein zusätzliche herzstärkende Zutaten wie etwa den Weißdorn. Er gibt dem Herz Kraft, wenn sich Altersschwäche einschleicht. Meistens werden die Blüten und Blätter verwendet, manchmal auch die Beeren. Lavendel bringt eine beruhigende, stimmungsaufhellende und der Galgant eine scharfe und wärmende Komponente dazu.

\* **Karin Buchart** ist Kräuter- und Heilpflanzenexpertin und Lehrbeauftragte an der Uni Salzburg. In ihrem neuen Buch „Hausmittel“ (Servus Verlag, 28 Euro) verrät sie wirkungsvolle traditionelle Heilrezepte. Erhältlich über [servusmarktplatz.com](http://servusmarktplatz.com)



## Lavendel

beruhigt und hebt  
die Stimmung.



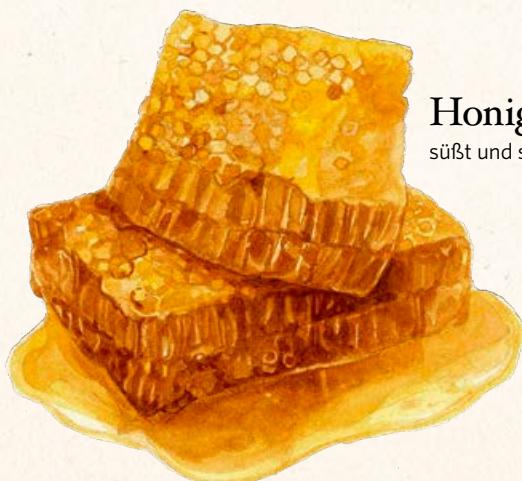
Petersilie

entwässert und durchblutet das Herz.



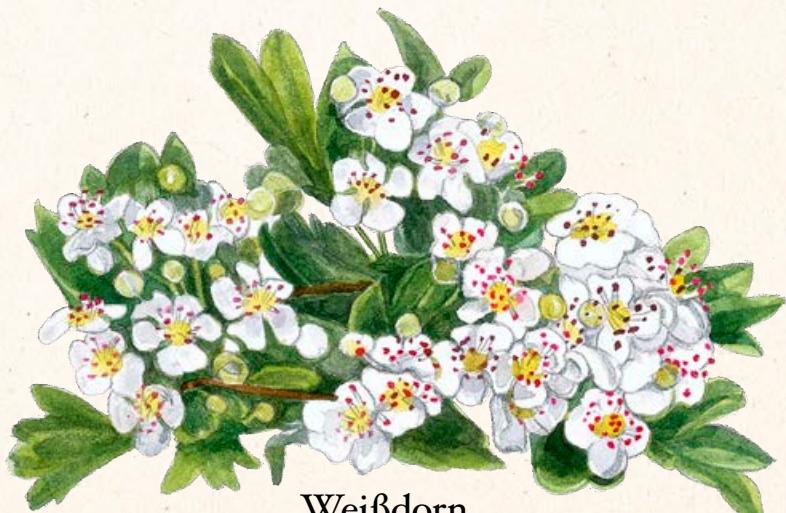
Galgant

wärmt mit Bitterkeit und Schärfe.



Honig

süßt und stärkt.



Weißdorn

kräftigt das altersschwache Herz.

## HERZWEIN-REZEPT



### Zutaten:

100 g frische glatte Petersilie  
 1 l Weißwein  
 0,5 l Rotwein  
 200 g Honig  
 25 g Weissessig  
 20 g getrocknete Weißdornblätter  
     mit Blüten  
 10 g Lavendelblüten  
 1 g Galgantwurzel

#### **Zubereitung und Anwendung:**

Die Petersilie im Wein etwa fünf Minuten köcheln. Dann Honig, Essig, Weißdorn, Lavendel und Galgant zugeben und fünf Minuten weiterkochen. Den Herzwein abseihen und in eine dunkle Flasche füllen. Zur allgemeinen Herzkräftigung zweimal pro Tag nach der Mahlzeit ein Likörglas genießen.

#### **Gut zu wissen:** Die Lavendelblüten

**Gut zu wissen:** Die Ebenenachselblätter können frisch oder getrocknet verwendet werden, Weißdornblüten und -blätter ebenso. Von der Galgantwurzel verwendet man am besten ein kleines Stück zum Mitkochen.

# FEIN GESCHMIERT

Wenn der Sommer seinen Höhepunkt überschritten hat, sehnt sich die Haut meist schon nach einer Extrapolation Pflege. Wir haben aus den wertvollen Ölen von Borretsch und Hagebutte eine nährende Creme für den Körper gerührt.

TEXT: MARGRET HANDLER ILLUSTRATIONEN: KERSTIN LUTTENFELDNER REZEPT: SANDRA TAURER

Er schützt und pflegt, lindert Juckreiz und hilft bei Ekzemen: Borretsch ist ein Wundermittel für die Haut. Gemeinsam mit der Hagebutte, die wertvolles Vitamin A, C und E spendet, verwöhnt unsere selbst gerührte Creme mit Feuchtigkeit und sorgt für ein

gesundes Erscheinungsbild. Das Besondere an der Rezeptur: Je nachdem, wie intensiv man die Hautpflege möchte, kann man Wirkstoffe hinzufügen oder weglassen (eine Auflistung findet sich beim Rezept). Wer sie alle verröhrt, erhält ein wahres Kraftpaket.

## Rezept

### Körpercreme für gesunde und schöne Haut

#### ZUTATEN für 200 g Creme

**14 g Borretschöl**  
**12 g Hagebuttenöl**  
**20 g Sesamöl**  
**10 g Sheabutter**  
**6 g Emulsan**  
**4 g Fluidlecithin Super**  
**5 ml (oder 2 Messlöffel/ML)**  
**Vitamin-E-Aacetat**  
**100 ml destilliertes Wasser**  
**40 ml Rosenwasser**  
**5 ml (2 ML) D-Panthenol**  
**2,5 ml (1 ML) Aloe vera**  
**70 Tropfen Vitamin-A-Palmitatöl**  
**20 Tropfen Lavendelöl**  
**evtl. 20 Tropfen Biokons**



#### SO WIRKEN DIE INHALTSSTOFFE

**Emulsan** macht ein angenehm leichtes Gefühl auf der Haut und sorgt für die Verbindung von Fett und Wasser; **Fluidlecithin**, hergestellt aus Soja- und Pflanzenöl, hat pflegende Eigenschaften; **D-Panthenol** regt die Neubildung der Zellen an und lindert Akne oder Sonnenbrand, es macht die Haut elastisch und geschmeidig;

**Aloe vera** ist feuchtigkeitsspendend und beruhigt trockene, gereizte Haut; **Vitamin A** regt Stoffwechsel und Zellteilung reifer Haut an; **Vitamin E** wirkt antioxidativ und reguliert den Feuchtigkeitsgehalt.

#### ZUBEREITUNG

1. Borretschöl, Hagebuttenöl, Sesamöl, Sheabutter, Emulsan und Fluidlecithin werden in einem Becherglas im Wasserbad erwärmt (auf ca. 42 Grad), bis alle Zutaten geschmolzen sind. Dann das Glas aus dem heißen Wasser nehmen. Vitamin-E-Aacetat hinzufügen und die Mischung so stehen lassen.
2. In einem zweiten Becherglas erwärmt man Wasser und Rosenwasser (= Wasserphase) auf die exakt gleiche Temperatur wie die erste Mischung (= Fettphase). Achtung: Macht man das nicht genau, setzt sich das Wasser später von der Creme ab. Wenn das passiert, die Creme einfach wieder umrühren und die Flüssigkeit abgießen.
3. Beide Mischungen zusammenschütten und gut verröhren. Alles kurz abkühlen lassen.
4. In die noch handwarme Mixtur die Wirkstoffe wie das D-Panthenol, Aloe vera, Vitamin A, ätherische Öle und Konservierung hinzugeben. Kräftig verröhren und in ein sauberer Gefäß füllen.



**Sandra empfiehlt:** Wer nicht alle Wirkstoffe kaufen möchte, kann beispielsweise Vitamin E, D-Panthenol, Aloe vera, Vitamin A oder Fluidlecithin (dann jedoch 10 g Emulsan verwenden!) weglassen. Alle verwendeten Emulgatoren sind pflanzlichen Ursprungs und im Naturkosmetikbedarf erhältlich.

► Video mit Anleitung unter [servus.com/natuerlichschoen](http://servus.com/natuerlichschoen)



Johanna Paungger &amp; Thomas Poppe

# MONDKALENDER

**1. September DI.** **Wassermann**  
Unterschenkel, Venen • Blüte • Fett  
Den Garten heute am besten in Ruhe lassen. Also ein guter Tag für die Hängematte oder andere Unternehmungen.

**2. September MI.** **Fische**  
Vollmond 6.22 Uhr  
Füße • Blatt • Kohlenhydrate  
Salate essen und möglichst wenig Alkohol trinken. Bis zum Wochenende führen „Genussmittel“ schnell zu Kopfschmerzen.

**3. September DO.** **Fische**  
Eine verwöhnende Fußreflexzonenmassage tut gut. Eingewachsene Nägel lieber nicht behandeln. Viel Wasser trinken, am besten am Nachmittag zwischen 15 und 17 Uhr.

**4. September FR.** **Widder**  
Kopfbereich • Frucht • Eiweiß  
Schafgarbentee ist der ideale Frauentee, er hilft aber auch, den Kopf freizubekommen. Eine Gesichtsreinigung wirkt heute nachhaltig.

**5. September SA.** **Widder**  
Ein idealer Tag, um mit der Mondgymnastik zu beginnen. Drei bis fünf Minuten täglich genügen. Ein Obsttag wirkt heute doppelt gut (auch an Löwe und Schütze).

**6. September SO.** **Widder**  
An Widder-Tagen ist die Lunge nachts ab etwa 3 Uhr empfindlicher als sonst. Für genug Schlaf zur Regeneration sorgen und den Tag mit Atemübungen an der frischen Luft beginnen.

**7. September MO.** **Stier**  
Kiefer, Halsbereich • Wurzel • Salz  
Stier-Tage machen es überraschenderweise leichter zu identifizieren, wogegen man allergisch ist. Rote Säfte (Rote Bete, Johannisbeere, etc.) verbessern an Stier das Blutbild.

**8. September DI.** **Stier**  
Alle Malerarbeiten gehen leichter von der Hand, die Farben trocknen schön gleichmäßig. Den Halsbereich unbedingt vor Zugluft schützen.

**9. September MI.** **Zwillinge**  
Schultern, Arme • Blüte • Fett  
Bis zum 26. September herrscht wieder eine gute Pflanzzeit, natürlich je nach Witterung. Die Augen vor starkem Sonnenlicht schützen.

**10. September DO.** **Zwillinge**  
Ein idealer Tag für Gymnastik - speziell für Arme, Hände und Schultern. Am Abend auf fettreiche Speisen verzichten. Entscheidungen fallen heute und morgen schwerer als sonst.

**11. September FR.** **Zwillinge**  
Zur Ruhe kommen und meditieren. Einfach mal ausprobieren, auch wenn es ungewohnt ist. Die Energien des Tages mit der Farbe Grün unterstützen, etwa mit einem Spaziergang im Wald.

**12. September SA.** **Krebs**  
Brustbereich, Lunge • Blatt • Kohlenhydrate  
Besser vorbereitet: An Krebs-Tagen empfindet man Sorgen intensiver, besonders vormittags. Heute die Fingernägel in Ruhe lassen.

**13. September SO.** **Krebs**  
Ein guter Tag zum Zurückschneiden von Sträuchern und Hecken, jedoch nicht von alleinstehenden Bäumen. Wer abnehmen will, wird bis zum 17. September vom Mond besonders unterstützt.

**14. September MO.** **Löwe**  
Herz, Kreislauf • Frucht • Eiweiß  
Ideal für die Verarbeitung von Beeren und Früchten. Alles bleibt aromatisch. Auch das Trocknen gelingt gut und verspricht lange Haltbarkeit.

**15. September DI.** **Löwe**  
Ruhe im Straßenverkehr wäre heute ratsam, es liegen Ungeduld und Reizbarkeit in der Luft. Ein idealer Tag für einen neuen Haarschnitt, das Haar wird dichter.

**16. September MI.** **Jungfrau**  
Verdauungsorgane • Wurzel • Salz  
„Den Magen verwöhnen“ – das bedeutet an Jungfrau immer, weniger als sonst zu essen. Auch ein strenger Fastentag würde sich positiv auswirken.

**17. September DO.** **Jungfrau**  
Neumond 11.59 Uhr  
Das Rauchen aufgeben? Gesunder essen? Süßigkeiten reduzieren? Wer einen Neuanfang plant, wählt dafür einen Neumontag. Es wird leichter gelingen.

**18. September FR.** **Waage**  
Hüftbereich • Blüte • Fett  
Schmerzen im Hüftbereich lassen sich verringern, wenn man auf tierisches Eiweiß verzichtet. Gymnastik für die Hüfte ist an Waage besonders wirksam.

**19. September SA.** **Waage**  
Heute drängen sich so manche eher in den Mittelpunkt als sonst. Man muss aber nicht alles einfach hinnehmen. Meditieren mit der Farbe Grün ist heute besonders wirksam.

**20. September SO.** **Skorpion**  
Geschlechtsorgane • Blatt • Kohlenhydrate  
Schwangere Frauen sollten sich an Skorpion-Tagen schonen, es kommt leichter zu Fehlgeburten. Schafgarbentee ist ein besonders guter Frauente.

**21. September MO.** **Skorpion**  
Autogenes Training beruhigt die Nerven und wirkt gleichzeitig inspirierend. Am Nachmittag viel Wasser und Kräutertee trinken.

**22. September DI.** **Schütze**  
Oberschenkel, Venen • Frucht • Eiweiß  
Mit der Farbe Rot heute eher sparsam umgehen, besonders, wenn viel Hektik in der Luft liegt. Umschläge mit Zinnkraut lindern Zellulitis erfolgreich.

**23. September MI.** **Schütze**  
Ein guter Tag, um Zweige und Pflanzen für Herbstgestecke zu sammeln. Bis 1. Oktober trocknet alles gut, ohne zu bröseln. Heute und morgen ist ein idealer Obsttag.

**24. September DO.** **Schütze**  
Wer heute Früchte und Beeren verarbeitet, erhält ihr wunderbares Aroma, sie sind aber nicht so lange haltbar. Am besten so bald wie möglich verspeisen.

**25. September FR.** **Steinbock**  
Knie • Wurzel • Salz  
Einer der besten Tage im Jahr für Mani- und Pediküre und fast alle Formen der Hautpflege. Jedoch nicht für Tattoos! Die Knie vertragen heute keine Überlastung.

**26. September SA.** **Steinbock**  
Ein idealer Verwöhntag für die Haut – auch von innen. Frische rote Säfte verbessern das Blutbild. Topfpflanzen gießen fördert heute die Wurzelbildung.

**27. September SO.** **Wassermann**  
Unterschenkel, Venen • Blüte • Fett  
Ältere Blumen und Sträucher in Ruhe lassen. Auch nicht gießen, das macht sie an Wassermann anfälliger für Läusebefall.

**28. September MO.** **Wassermann**  
Langes Stehen oder Sitzen eher vermeiden und hin und wieder die Beine hochlagern. Stachelbeeren helfen gegen Krampfadern (auch als Marmelade).

**29. September DI.** **Fische**  
Füße • Blatt • Kohlenhydrate  
Bis Donnerstag wäre eher leichte Kost angesagt, also viel Obst und Gemüse. So kurz vor Vollmond entlastet das den Körper, und er kann sich wichtigeren Dingen zuwenden.

**30. September MI.** **Fische**  
Fußreflexzonenmassagen helfen speziell an Fische-Tagen, allerdings ist man dann empfindlicher gegen Schmerzen (und auch Kitzeln). Einfach tief durchatmen, dann profitiert man am besten von der Massage.

## GUT ZU WISSEN

Neben den **Mondphasen** spielen im Mondkalender die **Tierkreiszeichen** eine wichtige Rolle. Jedes davon regiert eine **Körperzone** (z.B. der Widder den Kopf), beeinflusst einen **Pflanzenteil** (z.B. Fische das Blatt) und besitzt eine spezielle **Nahrungsqualität** (z.B. Salz an Stier-Tagen).

Je nach Mondstand wirken sich Tätigkeiten an bestimmten Tagen günstig oder eher ungünstig aus.

Nähere Infos dazu in den Büchern der Autoren oder unter paungger-poppe.at. Fragen zum Mondkalender? E-Mail an vrz@aon.at

- Vollmond
- abnehmender Mond
- Neumond
- ▷ zunehmender Mond

\* **Mondkalender zum Ausdrucken:** servus.com/mondkalender



## UNSER GARTEN IM SEPTEMBER

VON VERONIKA SCHUBERT

### DER BAUERNGARTEN IN DER VASE

Viele Blütenstauden erreichen jetzt ihren leuchtenden Höhepunkt und locken geradezu, sie zu schneiden und zu hübschen Sträußen zu binden. Der Blütenreichtum lässt sich fördern, indem **Abgeblühtes regelmäßig ausgeschnitten** wird. Das verhindert, dass die Pflanzen, ihrem Auftrag der Arterhaltung folgend, alle Kraft in die **Samenbildung** stecken, anstatt, wie erwünscht, weitere Blüten anzusetzen. Für die Vase schneidet man die Blumen **in den Morgenstunden**, wenn sie gut mit Wasser vollgesogen sind. Neben der Vielfalt der **Dahlien** (re. o. im Bild) eignen sich auch **Kosmeen** (rosa im Bild), **Septemberkraut** (*Aster ericoides*), **Eisenkraut** (*Verbena bonariensis*) und **Chrysanthemen**.



## BLUMENZWIEBELN IN SCHICHTEN

Damit das Blühen im nächsten Frühjahr **drei Monate lang** andauert, kann man Blumenzwiebeln in **Etagen** setzen. Die Schalen, Töpfe oder Körbe brauchen einen guten **Wasserabzug** (Löcher im Boden); die gedüngte Erde wird mit **Sand und Tongranulat** vermischt. Gepflanzt wird in Schichten: unten die hochwachsenden Zwiebelblumen wie **Narzissen, Tulpen** und **Zierlauch**. Darüber kommt eine Schicht Erde, dann mittelhoch wie **Traubenzypressen** und ganz oben die kleinen Zwiebeln von **Krokussen, Schneeglöckchen** oder **Tazetten**. Das Gefäß wird gut angegossen und bleibt den **Winter über im Freien**, nur an sehr kalten Tagen sollte es geschützt im Keller oder eingepackt an der Hauswand stehen.



## NACHREIFEN VON TOMATEN

Sind Tomaten am Strauch **im September noch grün**, werden sie kaum mehr ausreifen. Für die Reifung nach der Ernte macht man sich am besten zunutze, was bei der Lagerung von Kartoffeln vermieden werden sollte: Man legt die grünen „Paradiesäpfel“ mit einem echten **Apfel** zusammen. Der Apfel verströmt das für Kartoffeln bedrohliche **Reifegas Ethylen**, das aber die Reifung der Tomaten fördert. Damit die Früchte einander nicht berühren und faulen, sondern in Ruhe erröten, hüllt man sie in **Zeitungspapier**. Unreife Tomaten sollten wegen des unverträglichen Inhaltsstoffes **Solanin** nicht gegessen werden, außer **grüne Sorten** wie etwa die besonders schmackhafte Green Zebra.

WENN DER SEPTEMBER  
NOCH DONNERN KANN,  
SETZEN DIE BÄUME  
VIEL BLÜTEN AN.

**Bauernregel**



## WAS JETZT ZU TUN IST

- Die **Anden- oder Kapstachelbeeren** (*Physalis peruviana*) werden geerntet. Der richtige Zeitpunkt ist dann, wenn sich die Blütenkelche der Früchte hellbraun verfärbten und eintrocknen.
- Die Samenernte von **Jungfern im Grünen, Ringelblumen und Zinnien** beginnt.
- Bis Mitte des Monats kann noch **Feldsalat** für die Ernte im November oder Dezember gesät werden.
- Im September beginnt die Pflanzzeit für **Gehölze und Blütenstauden**. Ausreichend große Pflanzlöcher und lockere, nährstoffreiche Erde verhelfen zu gutem Wachstum.
- Die ersten empfindlichen Kübelpflanzen wie **Bougainvillea, Gewürzrinde und Zylinderputzer** kommen Ende des Monats ins Winterquartier. Bei Platzmangel können sie etwas zurückgeschnitten werden.



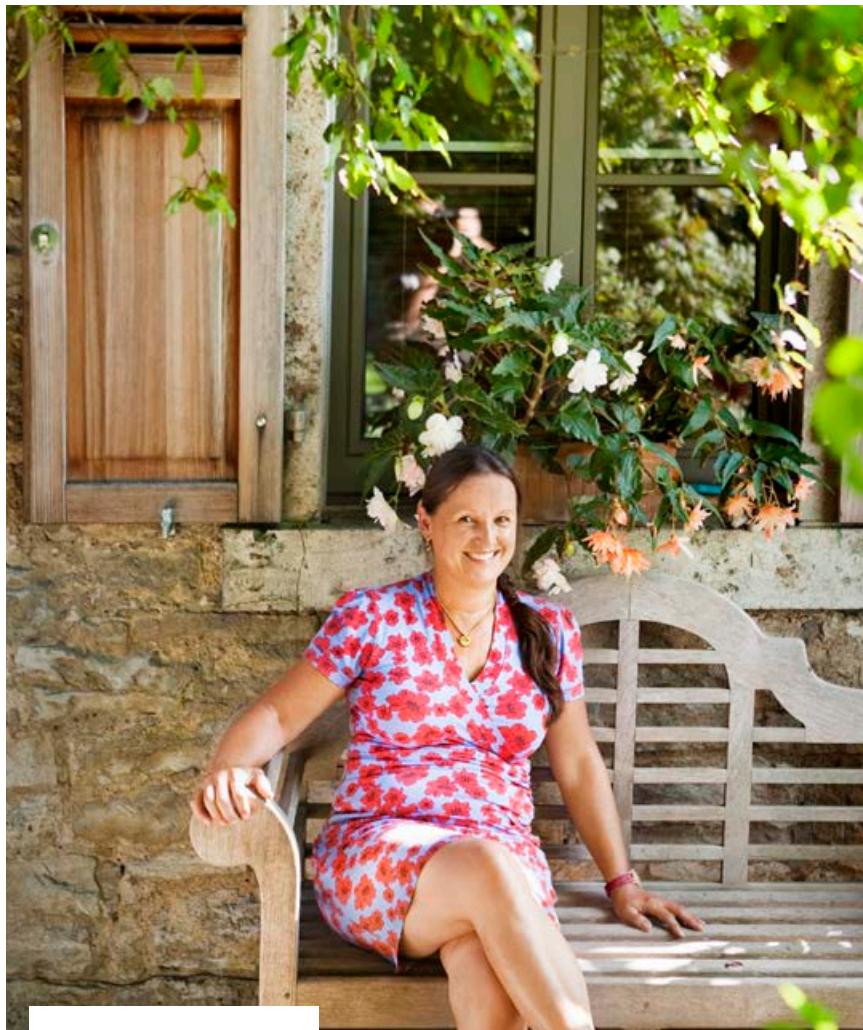
**Grüne Grenze.** Direkt am Wohnhaus ist das private grüne Reich von Achims Mutter Änni: Mit Flieder, Schneeballhortensie „Annabelle“, Forsythien und Kaukasus-Vergissmeinnicht.



# BLÜTENRAUSCH IM BAUMELAND

Im kleinen Weinort Frickenhausen bei Würzburg bitten  
Marina und Achim Wüst in ein Paradies, das Zuwendung und, vor allem,  
Wasser braucht. Sobald Dahlien blühen, hat es seinen besonderen Reiz.

TEXT: THOMAS G. KONOFOGL FOTOS: TOBIAS GERBER



**Rastplatz.**

Marina Wüst auf einer Lutyens-Bank unter Begonien. Die Buchskugeln (unten) wirken wie große grüne Kiesel. In den Töpfen Zitronenbusch (li.) und Agapanthus (Schmucklilien), dahinter Hanfpalme.



**S**chon als kleines Mädchen liebte Marina Wüst Blumen über alles. „Ich wollte Floristin werden“, erinnert sich die heute 54-Jährige, „aber Vater war dagegen, er meinte, das bringe doch nichts ein. Dabei gab es nichts Schöneres für mich, als bunte Sträuße zu binden. Meine Blumen pflückte ich nur in freier Natur, denn im Garten der Eltern durfte nichts abgeschnitten werden.“

Dieser Garten war eigentlich bloß „Bauernland“, wie man im Fränkischen sagt. Um das Wohnhaus herum standen Apfel- und Quittenbäume, ein paar Rebstöcke sowie Beerenträucher, daneben ein bescheidener Kartoffelacker und zwei Reihen Edelrosen. Heute ist das 1932 erbaute Bruchsteinhaus in eine 3.100 Quadratmeter große Gartenlandschaft eingebettet, wo – von der mallorquinischen Finca bis zum englischen Tee-pavillon – stilisicher gestaltete Architektur Akzente setzt.

**KLEINE EROBERUNGZÜGE**

Marina erzählt: „Als wir – mein Mann Achim, unsere beiden ältesten Kinder und ich – 1994 hier auf dem elterlichen Grundstück unser neues Haus bezogen, konnte ich meine Gartenträume endlich ausleben. Vater hatte mir aber nur eine Fläche von etwa 1.000 Quadratmeter überlassen. Den Garten, so wie er jetzt ist, musste ich mir nach und nach erobern. Erst 1999 schufen wir den Bauerngarten, der uns jedes Jahr mit fulminanter Dahlienblüte erfreut.“

Der sehr gepflegt wirkenden Gärtnerin sieht man nicht an, dass sie, bis aufs Rasenmähen (Achims Domäne), fast alles allein macht, unterstützt von ihrer tüchtigen Haushaltshilfe und zuweilen von ihrem Sohn. Ein Problem ist die Trockenheit: „Frickenhausen liegt auf der sogenannten ‚fränkischen Trockenplatte‘, es regnet viel zu wenig. In besonders regenarmen Jahren sind wir auf 1.500 Kubikmeter künstli-



### *Späte, fröhlich-leuchtende Farbtupfer*

Der von Buchshecken gerahmte Bauerngarten liegt am Südwestende des Grundstücks. Englische Rosen und **Staudengewächse** wie Astern oder Taglilien umfangen diesen großzügig angelegten Bereich.

Hier ist auch das **Reich der Dahlien**, die Alexander von Humboldt (1769–1859) einst in Deutschland einföhrte. Wie schon Goethe oder Hermann Hesse schwärmt auch Marina Wüst von den „fröhlichen, leuchtenden Farben“ und „ausgefallenen, üppigen Blütenköpfen“ der aus Mexiko stammenden **Spätsommerblumen**.

Leider sind sie nicht winterhart: „Spätestens nach dem ersten Nachtfrost grabe ich die Dahlien aus. Sie überwintern im kühlen Keller unterm Gartenhaus, bis sie im nächsten Frühjahr wieder in die Erde dürfen.“





**Väterliches Erbe.** Diesen Gartenteil übernahm Marina nach dem Tod ihres Vaters 2012 (oben). Rund um die schöne Sitzgruppe vor dem historischen Joachimsturm gedeihen heute Staudenarten und Gehölzer wie Buchsbaum, Zypresse und die auch als Heilpflanze bekannte *Magnolia glauca* (Virginische Magnolie). Unten links: Die Dahlie „Schloss Reinbek“ mit ihrer offenen Blüte bietet Bienen reichlich Nahrung. Rechts noch ein Erbstück: Sukkulente im Topf.





## Stein aus der Region

Wie im Wohnhaus begegnet einem auch im Garten immer wieder der charaktervolle **Muschelkalk** aus dem heimischen Steinbruch, etwa am lauschten Teich, der von einer bis zu 1,80 Meter hohen Muschelkalkmauer umgeben ist. Marina Wüst mag diesen traditionellen Baustoff: „Der Frickenhäuser Muschelkalk weist besonders freundlich wirkende gelbbraune Aderungen auf, die dem grauen Stein einen **warmen Ton** verleihen. Unsere befestigten Wege wurden zum Teil mit antikem Muschelkalkpflaster aus einem Mühlenanwesen belegt.“

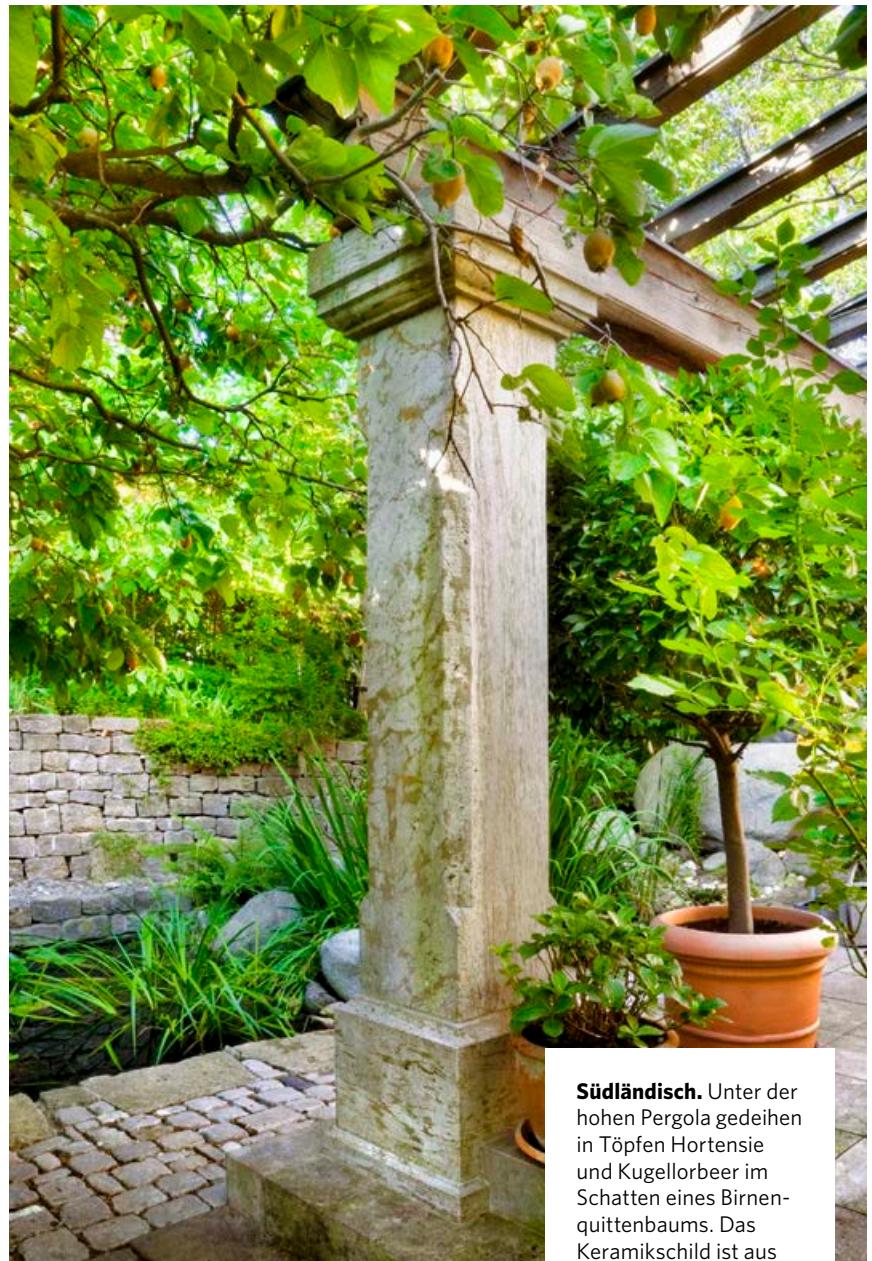
Im **Bauerngarten** haben die Landschaftsgärtner alte Grenzsteine sehr geschickt in die neue Trockenmauer integriert.“

che Bewässerung angewiesen. Immerhin kommt uns unser hoher Baumbestand zugute. Ohne schattenspendende Bäume wäre solch ein Hanggarten in absoluter Südlage noch schwerer zu erhalten. Da verzichten wir lieber auf die eine oder andere sonnenhungrige Staude, die sich in den Schattenzonen nicht wohlfühlt.“

Die anstrengende Arbeit im Garten möchte Marina Wüst nicht missen: „Dabei vergesse ich die Zeit, und die Alltagssorgen fallen von mir ab. Das Gärtnern lehrt mich aber auch Demut und Geduld, wenn einmal etwas nicht so gedeiht wie erhofft.“

Für manchen Frust entschädigen immer wieder Glücksmomente – so wie damals, als ein Rotkehlchen sich zutraulich auf Marinas vom Spatenstechen müder Hand niederließ. Der Gedanke daran zaubert der Gärtnerin heute noch ein seliges Lächeln ins Gesicht.

**\* Zum Nachlesen:** *Marina Wüst, „Vom Baumeland zum Traumgarten – Ein ländlicher Garten mit mediterranem Charme“, hemmer/wüst Verlag, Würzburg*



**Südländisch.** Unter der hohen Pergola gedeihen in Töpfen Hortensie und Kugellorbeer im Schatten eines Birnenquittenbaums. Das Keramikschild ist aus Mallorca und hängt vor der Terrasse. Dort war früher ein Hühnerstall.



# HECKEN, DIE SCHMECKEN

Sie schützen uns vor fremden Blicken, bieten der Fauna  
sichereren Unterschlupf und versorgen alle mit süßen Früchten. Das Dickicht  
der Wildsträucher ist aus einem naturnahen Garten nicht wegzudenken.

TEXT: ELKE PAPOUSCHEK

**Dornenreiche Diva.** Der Sanddorn lässt sich seine Früchte nicht so leicht nehmen, ohne zuzustechen; sie reifen auch nur, wenn das Weibchen ein Männchen zur Seite hat.



**Blickdicht und nahrhaft.** Singvögel freuen sich besonders über naturnahe Hecken. Im Frühjahr sind sie voller proteinreicher Insekten, später wird darin genistet und im Herbst geerntet; beim Naschen ertappt: Rotkehlchen mit Brombeeren (li. oben), Grünfink mit Hagebutten (li. unten) und Amsel mit Vogelbeeren.

In so einer Sträucherzeile ist immer etwas los: Zwischen Blüten und Blättern summen die Bienen und singen die Vögel, im Laub darunter raschelt der Igel, und zur Erntezeit erfreuen sich Mensch und Tier an reifen Früchten. Die Vielfalt macht dabei den Reichtum aus, denn je mehr unterschiedliche Gehölzarten eine Hecke versammelt, desto mehr Tierarten finden sich ein. Hecken sind aber auch äußerst vielseitige Gestaltungselemente im Garten: Sie schützen vor unerwünschten Einblicken, sie umrahmen Gartenräume wie malerische Kulissen. Ganz nebenbei halten sie auch lästigen Wind ab und schlucken Staub und

Lärm: Astwerk und Laub der Sträucher bilden Strukturen, an denen der Schall wieder und wieder gebrochen wird, bis er verebbt. Je breiter und dichter eine Hecke ist, desto besser absorbiert sie Lärm.

**STRENGER SCHNITT UND FREIES WACHSEN**  
Das Wort Hecke leitet sich vom althochdeutschen *heggā* ab, das hegen, einhegen oder umzäunen bedeutet. Weil das menschliche Bedürfnis nach Schutz seit jeher befriedigt werden will, waren Hecken immer schon Teil unserer Kulturlandschaft.

Einst wurden sie auch als *Hag* bezeichnet und neben Flechtzäunen als Umgren-

zung von Weideland und Nutzgärten eingesetzt, um ungeliebte Gäste fernzuhalten. In Pflanzennamen wie *Hagebuche* (Hainbuche), *Hagedorn* (Weißdorn) und *Hagebutte* findet sich der Wortstamm ebenso wieder wie in Ortsnamen, die *-haag* oder *-hag* enthalten.

Im Mittelalter umzäunten Hecken vor allem Ackerflächen und wurden auch für die Futtergewinnung bewirtschaftet. Erst Jahrhunderte später begann man, Hecken ihres Zierwertes wegen anzulegen. In den barocken Gartenanlagen des Adels standen streng geschnittene Formen aus einer Gehölzart hoch im Kurs, denn in den so

## Süße Heckenfrüchte für die Vorratskammer



### KORNELKIRSCHE

*Cornus mas*

Die gelben Blütenstände im Februar und März sind wertvolle Bienenweiden; die dunkelroten Früchte im Herbst lassen sich als Naschobst verspeisen (nicht alle Sorten), zu Saft, Marmelade und Sirup verarbeiten oder süßsauer einlegen. Für guten Fruchtertrag muss man mindestens zwei verschiedene Sorten pflanzen.

**Beste Sorten:** Kasanlaker und Schumener (großfruchtig und ertragreich); Jolico und Schönbrunner Gourmet Dirndl (österreichische Sorten, frühreifend)



### FELSENBIRNE

*Amelanchier ovalis, A. laevis*

Im April und Mai erscheinen die duftenden weißen Blütensterne, im Sommer die vitaminreichen Früchte, die sowohl frisch als auch als Marmelade, Saft oder Likör schmecken. Dazu kommt attraktives feuerrotes Herbstlaub.

**Beste Sorten:** Princess Diana (reiche Blüte, rote, süße Früchte); Saskatoon Berry (Früchte mit Heidelbeeraroma); Forestburg (süße Früchte, ertragreich); Kupfer-Felsenbirne (*A. lamarckii*), leuchtend gelbe bis rote Herbstfärbung, köstliche Naschfrüchte



### SCHWARZE APFELBEERE

*Aronia melanocarpa*

Auf die weißen, teils rosa überlaufenen Blüten im späten Frühling folgen im Spätsommer erbsengroße schwarze Beeren, die besonders viele Vitamine und Mineralstoffe enthalten. Für den Rohgenuss schmecken sie zu herb, sie lassen sich aber zu Saft, Marmeladen und Likören verarbeiten oder als Trockenfrüchte genießen; sehr schöne rote Herbstfärbung.

**Beste Sorten:** Viking (sehr ertragreich); Aron (sehr frosthart); Nero (sehr ertragreich, wenig Gerbsäure)



### SCHLEHDORN

*Prunus spinosa*

Am Nektar des Schlehorns laben sich Bienen und Schmetterlinge, die Vögel lassen sich die Früchte schmecken. Bis in den November hinein reifen die kleinen blauschwarzen, zunächst sauer schmeckenden Steinfrüchte. Erst der Frost verringert den Gerbstoffgehalt und macht sie genießbar. Die Früchte eignen sich, auch gemischt mit anderen Früchten, für Saft, Marmelade und Gelee.

**Beste Sorten:** Reto (mildes Aroma); Godenhaus (besonders große Früchte); Nittel (kompakter Wuchs)



### MISPEL

*Mespilus germanica*

Nach der Blüte Ende Mai, Anfang Juni reifen im Herbst Früchte mit brauner, rauer Schale, die nach Frost oder längerer Lagerung weich werden und süßsäuerlich schmecken. Davor ist der Pektингehalt für den Rohgenuss zu hoch; gut für Marmelade, Tee oder Schnaps.

**Beste Sorten:** Nottingham (geschmacklich beste Sorte); Schönbrunner Riesenmispel (süße Früchte, reichtragend); Kurpfalz-mispel (wenig Pektin, schon vor dem Frost Frischverzehr möglich)



### SANDDORN

*Hippophae rhamnoides*

Der Sanddorn ist zweihäusig, fruchtet nur an weiblichen Sträuchern und benötigt in der Nähe der weiblichen auch eine männliche Pflanze. Wegen seiner Dornen kann man bei der Ernte auch ein Tuch unter den Strauch legen und die Früchte abschütteln – oder ganze Zweige abschneiden, schockfrieren und danach abschütteln. Sanddorn eignet sich für Saft, Kompott oder Rohgenuss.

**Beste Sorten:** Sandra (süßsäuerlich, selbstfruchtbar); Pendulina (leichter pflückbar); Leikora (kompakter Wuchs)

entstandenen „grünen Gartenzimmern“ ließ sich prächtig lustwandeln.

Heute dienen Hecken aller Art in erster Linie der natürlichen Umgrenzung von Gärten. Während in den vergangenen Jahrzehnten platzsparende und streng getrimmte Liguster- und Thujengehölze landauf, landab Besitztümer umrahmten, gewinnen freiwachsende Hecken nun wieder an Bedeutung: als artenreicher Lebensraum und ökologische Nische. Naturnahes Dickicht bietet Unterschlupf, Nistplätze und Nahrung für eine vielfältige Fauna. Wildsträucher entwickeln im Frühling erste nektarreiche Blüten für die Insektenwelt und im Herbst vitaminreiche Früchte für heimische Singvögel.

Weißdorn, Schlehe und Haselnuss sowie Wildrose und Brombeere sind bei Blütenbeschauern, Blattfressern und Fruchtnaschern überaus beliebt. Wissenschaftliche Beobachtungen belegen die Bedeutung fruchtiger Hecken eindrucksvoll: Unglaubliche 63 Vogelarten ernähren sich zum Beispiel von der Vogelbeere, 62 vom Schwarzen Holunder, 20 von der Schlehe und 16 vom Sanddorn; bei den Säugetieren fressen 33 Arten Haselnüsse, 31 Vogelbeeren, 28 Hagebutten und 17 die Steinfrüchte des Dirndlstrauchs (Kornelkirschen).

Und immer noch bleibt genug für uns übrig, zum Naschen oder Konservieren. Aus Schlehe, Dirndl, Mispel, Sanddorn, Felsenbirne und Apfelbeere lassen sich süße Vorräte für die Speisekammer in Form von Marmeladen, Säften oder Likören zaubern.

#### DIE BESTE ZEIT FÜR WURZELN

Die beste Pflanzzeit für all diese Laubgehölze beginnt jetzt. Die Sträucher begeben sich ab Ende September in die Vegetationsruhe, stecken in dieser Zeit ihre verfügbare Energie in das Wachstum der Wurzeln und starten im nächsten Frühling mit voller Kraft durch. Deshalb ist das Angebot an wurzelnackten Heckenpflanzen ohne Topfballen im Herbst am größten.

Möglichst bald nach dem Einkauf sollte es ans Einsetzen gehen: Zunächst verteilt man die Pflanzen in den für die jeweilige Art vorgesehenen Abständen auf die Heckenlänge. Danach werden die Pflanzlöcher doppelt so tief und breit, wie die Wurzeln

## So wirken Wildsträucher am schönsten

Auch wenn sie als junge Gehölze noch schmächtig wirken: Wildsträucher wachsen **innerhalb weniger Jahre** zu dichten Hecken heran. Eine freiwachsende Hecke beansprucht dann im Minimum **3 Meter Breite**. Mindestens **1,5 bis 2 Meter** Abstand zur **Grundstücksgrenze** und **zwischen den Sträuchern** sollten ebenfalls eingehalten werden.

Pflanzt man enger, muss schon nach wenigen Jahren der eine oder andere Strauch herausgenommen werden, die Gehölze können sich dann auch **nicht in ihrer natürlichen Wuchsform** entfalten. Ist genug Platz vor-

handen, kann man die Hecke auch **doppelreihig** pflanzen: Das fördert den Blickschutz und verbessert den Lebensraum der Gartenfauna.

Damit die Hecke in ihren ersten Jahren nicht zu schütter aussieht, sorgen **Blütenpflanzen zu ihren Füßen** für Farben und Fülle: **Ringelblume, Zinnie und Schmuckkörbchen** eignen sich als Begleitpflanzen ebenso wie **Bartblume, Fünffingerstrauch oder Kleinstrauchrosen**. Auch zeitversetzt blühende Stauden wie **Storcheschnabel, Lerchensporn, Taglilien und Astern** machen unter Hecken eine gute Figur.



**Blühende Begleiter.** Junge Hecken wirken oft noch etwas schmächtig und freuen sich über bunte Partner wie Glattblatt-Aster (li. oben), Ringelblume (re. oben), Zinnie (li. unten) oder Storcheschnabel (re. unten).

—  
EINMAL GEWACHSEN,  
BENÖTIGT EINE  
WILDSTRAUCHHECKE  
KAUM MEHR PFLEGE.  
—

groß sind, ausgehoben; bei Ballenpflanzen gräbt man das Loch etwa um den halben Ballendurchmesser breiter und tiefer.

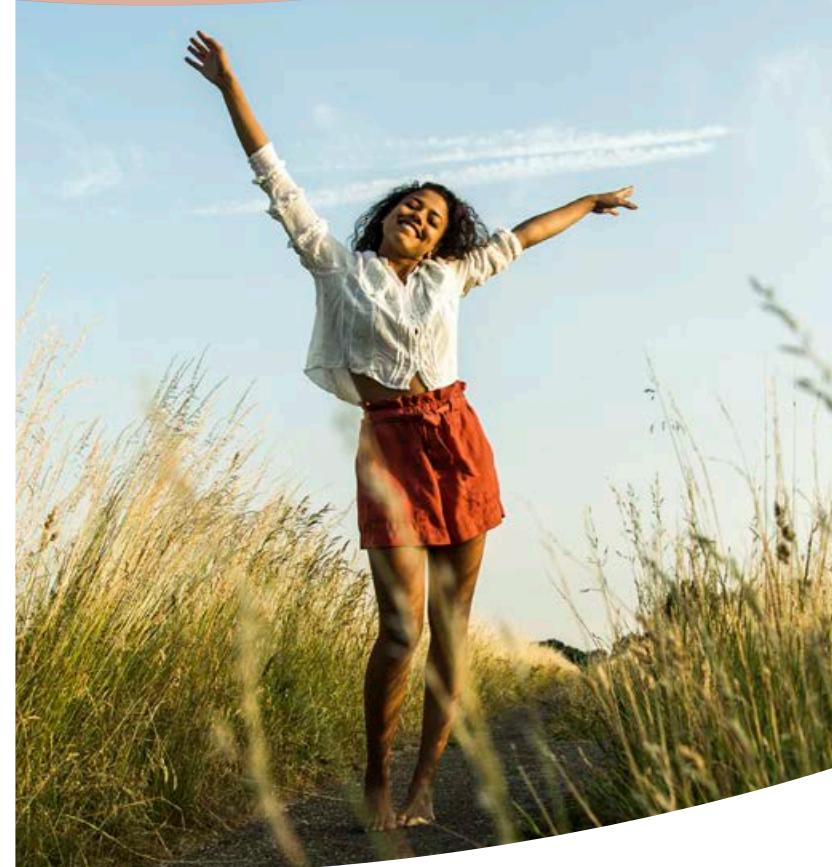
Wurzelnackte Sträucher erhalten kurz vor dem Einsetzen einen Pflanzschnitt: Dabei schneidet man alle geknickten, verletzten oder vertrockneten Wurzeln ins gesunde Holz zurück und kürzt die anderen auf etwa 25 Zentimeter ein. Ballen werden vor dem Pflanzen gewässert, bis keine Luftsblasen mehr aufsteigen. Zur Verbesserung von sandigen und lehmigen Böden mischt man die Aushuberde mit Kompost; Sand lockert sehr dichte und tonige Böden.

**GENÜGSAME WILDNIS**

Einmal eingewachsen, benötigt eine Wildstrauchhecke kaum mehr Pflege. An heißen, trockenen Standorten wird hin und wieder bewässert. Falllaub darf unter den Sträuchern liegen bleiben; als natürliche Mulchdecke schützt es vor Frost und Trockenheit, bis es verrottet und sich in organischen Dünger verwandelt.

Wird die Hecke im Laufe der Jahre zu dicht, lichtet man sie im Spätwinter aus, indem man alte, vergreiste Triebe am Ansatz herausschneidet. Wenn einzelne Sträucher von unten her verkahlen, kann man sie im Januar oder Februar getrost „auf den Stock“ setzen: das heißt, den gesamten Strauch auf etwa einen halben Meter Höhe zurück schneiden. So baut er sich vom Ansatz her neu auf und verjüngt sich damit.

Radikalschnitte führt man allerdings deutlich zeitversetzt immer nur an einzelnen Pflanzen durch und nie an allen Gehölzen auf einmal: In der Hecke geht es nämlich vor allem um den Schutz der Tierwelt.



## Pascoentral® Für ein gutes Bauchgefühl

- pflanzliches Arzneimittel gegen Magen- und Darmbeschwerden, Blähungen und Völlegefühl
- mit Kümmel, Kamille und Pfefferminze
- ohne Schöllkraut



Pascoentral® · Wirkstoffe: Fluidextrakte aus Pfefferminzblättern, Kamillenblüten und Kümelfrüchten. Bei Verdauungsbeschwerden, besonders mit leichten Krämpfen im Magen-Darm-Bereich, Blähungen, Völlegefühl. Enthält 44 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Pascoe pharmazeutische Präparate GmbH, D-35383 Giessen

# ZWISCHEN DEN REBEN LEBEN

Wenn im September die Trauben reif werden, tummelt sich auf, in, über und unter den Weinstöcken das Leben. Der Weingarten zieht Tiere an.

TEXT: VERENA RANDOLF ILLUSTRATION: PETER JANÍ

1. Frühmorgens reckt das **Ziesel** seine Nase aus dem Erdbau, macht Männchen und sieht sich um. Erblickt es eine Bedrohung, etwa Füchse oder Falken, pfeift es, um seine Kolonie zu warnen, und huskt zurück in die Höhle.
2. **Feldhasen** sind Meister der Tarnung. In Weingärten finden sie ausreichend Schutz, um sich vor Greifvögeln und anderen Fressfeinden zu verstecken.
3. Im September wird der Weingarten zur Kinderstube für spät geborene **Igel**-Babys, die zwischen den Rebstöcken nach Regenwürmern, Maden und Käfern wühlen.
4. In felsnahen Weingärten und Mauern brütet die **Zippammer**. Der Vogel lebt gut verborgen; sein feiner Gesang macht es schwer, ihn zu beobachten.
5. Wenn Menschen zärtlich verliebt die Köpfe zusammenstecken, nennt man das turteln. Das Gurren der **Turteltaube** hat der deutschen Sprache ein eigenes Verb beschert. Der Bestand des Zugvogels ist stark gefährdet.
6. Im Sturzflug bringt es der **Wanderfalke** auf eine Geschwindigkeit von über 250 km/h. Seiner Beute – zum Beispiel Tauben, Krähen oder Drosseln – macht er oft bereits durch den wuchtigen Aufprall den Garaus.
7. Das tropisch bunte Federkleid des **Bienenfressers** schimmert in allen Farben des Regenbogens. In der Nähe von Weingartenterrassen vollführt der Langstreckenzieher gerne spektakuläre Flugmanöver, bei denen er Insekten – nicht ausschließlich Bienen – fängt.
8. Unter Ausnutzung der Thermik fliegt der **Segelfalter** oft mehrere Minuten ohne Flügelschlag in der Luft, daher auch sein Name.
9. **Hornissen** jagen Fliegen, Gelsen und Käfer. Sie sind friedlicher als Wespen und greifen Menschen nur im Notfall an. Ihr Stich ist schmerhaft, aber nicht gefährlicher als ein Bienenstich.
10. Im September schlüpfen die Jungen der **Mauereidechse** aus kleinen Erdhöhlen in meist sonnigen, steinigen Hängen.
11. Still, versteckt und gut getarnt wartet die **Gottesanbeterin** zwischen den Weinreben, bis eine Blattlaus oder eine Heuschrecke an ihr vorbeihüpft; dann packt sie mit ihren Fangarmen zu. Das Insekt ist im Weingarten ein willkommener Gast.
12. 300 Rebstöcke im südpfälzischen Winzerdorf Rhodt unter Rietburg gelten als die **ältesten Deutschlands** – wenn nicht sogar der Welt. Die Gewürztraminerstöcke wurden vor mehr als 400 Jahren gepflanzt.







Kultur und Natur aktiv erleben

# Streifzüge durchs Tölzer Land

*Schon Thomas Mann und Franz Marc fanden in der Bilderbuchidylle des Tölzer Landes Inspiration für ihre Werke. Wer hier wandert, kann die traumhafte Natur und Kultur zugleich genießen.*



**Kunstspaziergang – auf den Spuren von Franz Marc (oben), Tafeln im Buchformat auf dem Thomas-Mann-Weg (unten).**

Die Bilderbuchregion des Tölzer Landes, das sich vom Starnberger See bis zur Tiroler Grenze erstreckt, ist in zahlreichen Film- und Fernsehproduktionen präsent. Kein Wunder, denn diese idyllische Voralpenlandschaft mit ihren Aussichtsbergen, den glasklaren Seen und verwunschenen Mooren bildet eine ideale Kulisse. Hauptdarstellerin ist die Natur, die Urlauber beim Wandern, Radeln, Klettern und Schwimmen oder einer Floßfahrt auf der Isar genießen können. Bei zahlreichen Veranstaltungen erleben Gäste im wohl bayerischsten Fleckchen auf weiß-blauem Boden Tradition und Brauchtum hautnah. Ein Paradies für Gipfelstürmer, Genusswanderer und Kulturfreunde.

## Wanderherbst mit Musik in Lenggries

Im „Lenggrieser Wanderherbst“ kommen sowohl Bergfexen (21. bis 25. September) als auch Genießer (28. September bis 2. Oktober) voll auf ihre Kosten. Fünf geführte Touren

durch die herbstlich gefärbte Bergwelt des Isarwinkels mit einer Gehzeit von fünf bis acht Stunden und bis zu 1.150 Höhenmetern fordern abenteuerlustige Wanderer heraus, während Genießer ganz gemütlich durch buntbelaubte Wälder und sonnige Täler zu den schönsten Aussichtspunkten im Isartal wandern. Abseits der Wanderwege sorgen die neu aufgelegten Volksmusikkurse für fröhliche Unterhaltung. Beim traditionellen „Löffeln“ lernt man neben der richtigen Haltung im Handumdrehen, einfache Stücke im Zweiertakt zu schlagen und mehrstimmig zu musizieren. Nicht die richtige Fingerhaltung, sondern der passende Einsatz von Kopf- und Bruststimme zählt hingegen bei der zweitägigen Jodelwanderung am 10. und 11. Oktober im Isarwinkel.

## Literarischer Spaziergang in Bad Tölz

In Bad Tölz beleuchtet der Thomas-Mann-Weg in acht Stationen das Leben und Wirken des Literaturnobelpreisträgers von 1929. Die



drei Kilometer lange Route startet bei der Stadtbibliothek, in der ein Nachbau des ehemaligen Arbeitszimmers mit Requisiten aus dem Film „Die Manns – Ein Jahrhundertroman“ zu besichtigen ist. Neben dem Landhaus, das die Familie von 1909 bis 1917 für die Sommerfrische nutzte, führt der Weg zu weiteren Stationen, die für die Manns wichtig waren. Wie etwa der Klammerweiher, in dem die Mann-Kinder das Schwimmen lernten, oder das Café am Wald, in dem die Gäste der Familie bevorzugt untergebracht wurden.

#### Kunst am Berg in Kochel

Kochel am See war lange Zeit Wahlheimat von Franz Marc, dem Mitbegründer der Künstlervereinigung „Blauer Reiter“. Auf einem Kunstspaziergang kann man nun den Ort aus der Perspektive des Malers entdecken. Der Weg führt über den Aussichtspunkt Kohlalte und durch die malerischen Gassen des Fischerviertels. Alles Wissenswerte erfährt man mit der zugehörigen Smartphone-App als Audioguide. Bergwanderer werden die Tour auf den Rabenkopf lieben, eine aussichtsreiche Wanderung mit Einkehrmöglichkeit auf der Staffelalm. Hier verbrachte Franz Marc oft seine Zeit und ließ sich zu Fresken und Bildern inspirieren, die noch heute zu bewundern sind.

*Märchenkönig Ludwig II. war ebenso begeistert wie Thomas Mann, der von „der reinen Luft der Gegend“ schwärmte.*



*Auf in den Lenggrieser Wanderherbst!*

Den goldenen Herbst auf versteckten Saumpfaden und alten Hirtensteigen erleben oder ganz gemütlich durch das sonnige Tal wandern, das schöne Panorama genießen und bei einer Brotzeit zünftig einkehren. Die Anmeldung zu den geführten Touren ist jeweils bis zum Vortag bei der Tourist Information Lenggries unter +49 8042 5008-800 möglich. Informationen: [lenggries.de/lenggrieser-wanderherbst](http://lenggries.de/lenggrieser-wanderherbst) Anmeldungen zur Jodelwanderung unter 08042 9786706.

# FEINER HERR MIT HUT

Steinpilze sind die Könige unter den heimischen Speisepilzen.  
Kein Wunder, dass sie früher nur die Herrschaft essen durfte.  
Heute lassen wir alle sie uns schmecken.

REDAKTION: JULIA KOSPACH & KLAUS KAMOLZ FOTOS: EISENHUT & MAYER  
GEKOCHT VON: ALEXANDER RIEDER





In einem Punkt geht es den zahllosen Freunden des Pilzesammelns allen gleich: Kein anderer Pilz versetzt sie so verlässlich in Euphorie wie der Steinpilz. Taucht ein Steinpilz mit seiner gedrungenen Gestalt am Fuß einer Fichte auf, entdeckt man plötzlich seine braune, gewölbte Kappe im Moos oder Reisig oder leuchtet sein kugeldicker Stiel mit dem Netzmuster, der bei jungen Exemplaren fast aussieht wie ein pralles Bäuchlein, aus dem Waldgrün hervor, überschwemmt einen sofort die uralte Zufriedenheit des erfolgreichen Jägers, der siegessicheren Sammlerin.

„Er verdreht mir einfach jedes Mal den Kopf, der Kerl mit dem braunen Hut“, formuliert es die Autorin und passionierte Pilzsammlerin Inge Fasan, die ihre kultur- und naturgeschichtliche sowie kulinarische Monografie namens „Steinpilz“ (Mandlbaums Kleine Gourmandisen) auch folgerichtig „Pilzhuldigungsbuch“ nennt.

Schon die alten Römer schätzten den Steinpilz als den besten aller Speisepilze, und die Engländer nennen ihn *king bolete*, den König aus der Ordnung der Dickröhrlingsartigen (*Boletales*). Dass die ganz jungen, knollig-kompakten und besonders delikaten Steinpilze, die für Pilzsucher wie Gourmets überhaupt das Höchste der Gefühle sind, in Frankreich *bouchon*, also Korken, heißen, lässt sogleich an ein gutes Rotwein-Tröpfchen denken, das man zum Pilzgericht serviert bekommt.

#### NUR DER WALD BRINGT SIE HERVOR

Bringt man auch nur einen einzigen schönen Steinpilz heim, gilt das Schwammerlsuchen als erfolgreich. Ein Körbchen voll noch so perfekter, köstlicher Täublinge, Schopftintlinge oder Eierschwammerl hat selten denselben Effekt. ➤



**\* Zum Nachlesen:**  
„Schwammerlzeit! Die besten Speisepilze im Wald und in der Küche“ von Autor Klaus Kamolz gibt es um 7 Euro auf [servusmarktplatz.com](http://servusmarktplatz.com)

## STEINPILZE IN OLIVENÖL für die Vorratskammer



### ZUTATEN FÜR 4 SCHRAUBGLÄSER À 250 ML

ODER 2 GLÄSER À 500 ML

Zeitaufwand: 40 Minuten

1 kg kleine, feste Steinpilze

250 ml Weißweinessig

125 ml Wasser

4 Lorbeerblätter

4 Zweige Thymian

1 EL schwarze Pfefferkörner

4 Stück Zitronenscheiben

500 ml Olivenöl

### ZUBEREITUNG

1. Die Pilze gründlich mit einem kleinen Messer und einem Küchenpinsel putzen, einige größere Pilze längs halbieren.

2. Essig und Wasser in einem Topf aufkochen. Steinpilze hineingeben und ca. 20 Minuten unter dem Siedepunkt ziehen lassen.

3. Pilze aus dem Sud heben und gut abtropfen lassen.

4. Kräuter und Gewürze in den Schraubgläsern verteilen und die Steinpilze darauf schichten. Vollständig mit Olivenöl bedecken und die Gläser sofort verschließen.

An einem kühlen und dunklen Ort gelagert sind die Steinpilze ca. 3 Monate haltbar.

Die eingelegten Steinpilze sind eine klassische kalte Vorspeise, passen aber auch sehr gut zu Fleisch, geräuchertem Schinken, Fisch, Geflügel, würzigem Käse und Gemüse.

Woran liegt das? Vielleicht daran, dass man oft vergeblich nach *Boletus edulis*, dem Gemeinen oder Fichten-Steinpilz, Ausschau hält? Oder daran, dass perfekte Steinpilz-Exemplare so gut duften und herrlich fest in der Hand liegen? Dass auch relativ ungeschulte Pilzsammler sie ziemlich zuverlässig bestimmen können? Oder etwa daran, dass den Steinpilz seit jeher die Aura des Exklusiven umweht – nicht zuletzt, weil im Mittelalter gefundene Steinpilze, anders als die übrigen Pilze, die als Arme-Leute-Essen galten, beim Grundherrn abgeliefert werden mussten? Genau hier, bei der Herrschaft, hat auch der Name Herrenpilz seinen Ursprung.

Gezüchtet können Steinpilze jedoch nicht werden. Nur das intakte Ökosystem

eines Waldes kann sie hervorbringen. Schon allein das macht sie ungeheuer begehrenswert. Einigkeit herrscht über ihre Köstlichkeit. Sie duften wie frischer Waldboden, ihr Fleisch ist bissfest und zart, ihr Aroma gleichermaßen würzig und mild und so intensiv, als wäre es aus natürlichen Geschmacksverstärkern zusammengesetzt.

### EIN ADELIGER MIT GESCHMACK

Und genau so ist es auch: Die Geschmacksrichtung *umami* entsteht durch Glutaminsäure. „Umami-Geschmack intensiviert sich beim Trocknen, deshalb sind getrocknete Steinpilze natürliche Geschmacksverstärker“, schreibt Inge Fasan. Pulver aus Trockensteinpilzen ist eine ganz besondere Würze. Junge, frische, feste Exemplare

schmecken vor allem roh mariniert sehr gut. Klassisch werden die Pilze scheibenweise in Butter herausgebraten und mit Petersilie, Pfeffer und Zitrone gewürzt.

Nicht minder köstlich sind panierte Steinpilze. Auch mit Obers und Rahm harmonieren sie perfekt. Ob mit Nudeln, Reis oder roh auf frische Salate gehobelt: Steinpilze sind echte Universalisten. Sie besitzen die Fähigkeit, jedes Gericht zu veredeln oder zu adeln: königlich eben.

### \* Schwammerlsuchen leicht gemacht:

Die gekrümmte Klinge des Pilzmessers hilft beim Herausschneiden der Pilze, mit dem Pinsel lassen sich gleich an der Fundstelle Erdreste entfernen. Entdeckt bei [servusmarktplatz.com](http://servusmarktplatz.com)



## HOCHSAISON IM SCHWAMMERLWALD

*Welche Pilze jetzt in den heimischen Wäldern wachsen...*



**Steinpilz**

*Boletus edulis*

Im Bayerischen Wald wird der Steinpilz im Dialekt manchmal auch **Dobernigl** genannt. Abgeleitet ist dieser Ausdruck vom tschechischen Wort *dobrý* für gut.

Am besten schmecken **junge, feste Steinpilze** ohne bereits dickes Röhengewebe an der Unterseite des Hutes. Gut erkennbar sind die edlen Speisepilze auch am **genetzen schmutzigweißen Stiel**; der anfangs helle Hut, der aussieht wie ein runder Stein, verfärbt sich mit dem Wachstum in ein sattes Braun. Ihr bevorzugter **Partnerbaum** ist die **Fichte**; sie sind **im ganzen Alpenraum** verbreitet.



**Parasol**

*Macrolepiota procera*

Bleibt ein Parasol von Pilzesammlern unentdeckt, kann er die **beeindruckende Höhe von 50 cm** erreichen, und der **Hut** bringt es auf **bis zu 25 cm Durchmesser**.

Das ist beinahe schon Schirmformat; nicht umsonst bedeutet das französische Wort *parasol Sonnenschirm*. Parasole können mit dem giftigen **Pantherpilz** verwechselt werden, sie haben jedoch, anders als dieser, einen **verschiebbaren Ring am Stiel**. Die Verwendung in der Küche besteht vor allem im **Panieren und Backen des Hutes**; die getrockneten Stiele ergeben **würziges Pilzpulver**.



**Birken-Rotkappe**

*Leccinum versipelle*

Nicht unbedingt im dichten Wald sprießt die Birken-Rotkappe; sie schätzt **Heide-landschaften** und die Nähe jenes Baumes, der ihr den Namen gab; wer sie aber in **Nadelwäldern** findet, soll darüber nicht klagen. **Rotkäppchen** lautet ein Kosenname für den Pilz und spielt auf den Hut an. Man nennt ihn aber auch **Ruaßling** wegen der **schwarzen Schuppen** am Stiel. Einen kleinen, völlig harmlosen Makel haben die vorzüglichen Speisepilze: Sie **verfärbten sich** beim **Dünsten und Schmoren** dunkel, weshalb sie mitunter stehen gelassen werden. Schade eigentlich.



**Eierschwammerl**

*Cantharellus cibarius*

Wenn der Steinpilz der König der Waldpilze ist, dann sind die Eierschwammerln jedenfalls die vielen kleinen **Prinzessinnen im Forst**. Bei guten Bedingungen sind sie in der Lage, den Boden mit ihrem **satten Gelb** zu überziehen; und rekordverdächtig ist auch die Zahl der volkstümlichen Namen: **Goldschneckerl, Recherl, Rehgoäßl, Nagerl** oder **Zecherl** sind nur einige davon. **Hut und Stiel** sind beim Eierschwammerl nicht voneinander abgesetzt; der Pilz ist im ganzen Alpenraum häufig und sowohl **roh als Tatar** wie auch als **Gulasch** eine Delikatesse.



**Herbsttrompete**

*Craterellus cornucopioides*

**Tiefschwarz und trichterförmig** wie eine Trompete: Bei der Herbsttrompete kann man förmlich einen Trauermarsch hören, weshalb sie oft auch **Totentrompete** genannt wird. Ein anderer Mundartausdruck ist **Schwarzrecherl**, weil der Pilz in der Form einem ausgewachsenen Eierschwammerl ähnelt, das auch Recherl genannt wird; jedenfalls ist die Herbsttrompete in unseren Wäldern **unverwechselbar**. Klein gehackt wird sie als **Ersatz für schwarze Trüffeln in Pasteten** verwendet. Ihr **Waldaroma** kommt sehr gut im **Pilzpulver** zur Geltung.



**Krause Glucke**

*Sparassis crispa*

Manche denken bei ihrem Anblick an **Blumenkohl**, andere an einen **Badeschwamm**. In Wahrheit ist die Krause Glucke (auch **Fette Henne**) einer der besten Speisepilze: heiß begehrte und nicht allzu häufig. Sie gehört zu den **Porenfilzen**, hat weder Stiel noch Hut und **wächst auf Holz**, und zwar so eng auf dem Substrat wie die Henne vulgo Glucke ihr Küken beschützt. Der **bis zu fünf Kilo schwere** Schwamm ist für einen Pilz recht lange haltbar, und man darf ihn auch **waschen**. Am besten schmeckt er in der Pfanne **mit Butter sautiert** oder **gebacken**.



## STEINPILZGRÖSTL

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 50 Minuten

**600 g festkochende Kartoffeln**

**300 g frische Steinpilze**

**1 rote Zwiebel**

**1 Knoblauchzehe**

**4 EL Olivenöl**

**Salz, Pfeffer, Muskatnuss**

**4 EL Petersilie und Liebstöckel,**

**grob gehackt und gemischt**

**4 EL geriebener Parmesan**

### ZUBEREITUNG

1. Kartoffeln in der Schale nicht zu weich kochen, abgießen und etwas ausdampfen lassen.
2. Inzwischen Steinpilze putzen und in 3–4 cm große Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Knoblauch fein hacken.
3. Kartoffeln schälen und in 2–3 cm breite Spalten schneiden.
4. Kartoffeln, Steinpilze und Zwiebel in Olivenöl 5–6 Minuten lang kräftig anrösten. Knoblauch zufügen und kurz mitrösten.
5. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und die Kräuter locker untermengen.
6. Das Steinpilzgröstl heiß anrichten und mit Parmesan bestreut servieren.

## HALUSCHKA mit Steinpilzen

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 25 Minuten

**250 g Tagliatelle**  
**400 g frische, geputzte Steinpilze**  
**1-2 Knoblauchzehen**  
**60 g Räucherspeck**  
**1 EL Butter**  
**200 g Magerquark**  
**150 g Sauerrahm**  
**geriebene Schale von  $\frac{1}{2}$  Bio-Zitrone**  
**Pfeffer**  
**1 EL gehackte Petersilie**

### ZUBEREITUNG

1. Die Tagliatelle in Salzwasser bissfest kochen und abseihen. Dann in Quadrate schneiden (mancherorts kann man auch fertige „Fleckerl“-Nudeln kaufen).
2. Inzwischen die Steinpilze in grobe Scheiben schneiden. Knoblauch sehr fein hacken und den Speck in kleine Würfel schneiden.
3. Steinpilze, Speck und Knoblauch in Butter anbraten.

**4.** Quark und Sauerrahm mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer glatt rühren.

**5.** Die Nudeln mit Steinpilzen und Topfencreme locker vermengen und mit Petersilie bestreut servieren.

Das tschechische Wort Haluška bedeutet „kleine Nudel“ bzw. „Nockerl“ und steht auch für ein traditionelles böhmisches Gericht mit Quark, Teigwaren und Speck.





## PILZE RICHTIG TROCKNEN

Am besten konzentriert man den Geschmack von Pilzen durch Trocknen, dann sind sie ein **vielseitig verwendbares Würzmittel**.

Wer Pilze auf diese Art konservieren möchte, sollte aber eines wissen: Sie bestehen **zu mehr als 90 Prozent aus Wasser**, und das muss restlos raus aus den Schwammerln, sonst schimmeln sie bei der Lagerung. Es gibt zwei recht einfache Methoden.

**1. Lufttrocknen:** Dafür schneidet man sauber geputzte, w提醒freie Pilze (man darf sie jedoch **keinesfalls waschen**) in **2-3 mm dicke Scheiben**, legt sie bei 21 bis 23 Grad Zimmertemperatur (**ohne direkte Sonne**) auf **Backpapier** oder ein **Trockengitter für Kräuter**

und wartet, bis sie sozusagen **rascheltrocken** sind. Das heißt, beim Verbiegen dürfen sie nicht mehr elastisch nachgeben, sondern müssen **sofort brechen**.

**2. Ofentrocknen:** Pilze wie bereits beschrieben vorbereiten und auf einem Blech mit Backpapier **bei 40 Grad ca. 12 Stunden im Ofen** trocknen. Die Ofentür mit einem Holzkochlöffel leicht aufspreizen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

Zum Trocknen eignen sich neben **Steinpilzen** vor allem **Parasole**, **Herbsttrampeten** und die **Krause Glucke**, Eierschwammerl jedoch nicht. Gelagert werden die Trockenpilze **luftdicht in Schraubgläsern**.



## STEINPILZSALAT mit Rucola und Frischkäse

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 20 Minuten

**250 g frische, sehr feste Steinpilze**  
**500 g Mozzarella**  
**2 Handvoll Rucolablätter**  
**Saft von 1 Bio-Zitrone**  
**1 TL Honig**  
**8 EL Olivenöl**  
**Salzflocken, Pfeffer**  
**Weißbrot**

### ZUBEREITUNG

1. Die Steinpilze fein hobeln und auf einer flachen Platte anrichten.
2. Den Käse in grobe Stücke zupfen und über den Pilzen verteilen.
3. Den Rucola über das Gericht streuen.
4. Zitronensaft mit Honig und Olivenöl verrühren und über die Schwammerl trüpfeln. Mit Salz und Pfeffer bestreuen und mit Weißbrot servieren.



## FISCHLAIBCHEN mit Steinpilzen im Brötchen

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 50 Minuten

**250 g Zanderfilet  
250 g Lachsforellenfilet  
50 g Semmelwürfel (Knödelbrot)**

**60 ml Milch**

**1 Eigelb**

**1 EL gehackte Zitronenmelisse und Minze**

**Salz, Pfeffer**

**3 EL Semmelbrösel**

**3 EL Olivenöl**

**200 g frische Steinpilze**

**1 Spritzer Zitronensaft**

**1 kleine rote Zwiebel**

**8 Blätter aus einem Salatherz**

**100 g Sauerrahm**

**4 große Brötchen**

### ZUBEREITUNG

**1.** Die Fischfilets für 20 Minuten in das Tiefkühlfach stellen. Je kälter das Fleisch, desto leichter lässt es sich in feine Würfel schneiden.

**2.** Die Semmelwürfel mit Milch übergießen und einweichen.

**3.** Die Fischfilets enthäuten, in möglichst feine Würfel schneiden und mit eingeweichtem Brot, Eigelb und Kräutern vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**4.** Aus der Fischmasse 4 gleiche Laibchen formen, mit Semmelbröseln dünn bestreuen und in 2 EL Olivenöl bei schwacher Hitze auf jeder Seite goldbraun braten.

**5.** Die Steinpilze in dünne Scheiben schneiden und in 1 EL Olivenöl kräftig anbraten. Mit Zitronensaft säubern und leicht salzen und pfeffern.

**6.** Die rote Zwiebel schälen und in sehr feine Ringe schneiden.

**7.** Die Brötchen halbieren. Die Böden mit je zwei Salatblättern belegen und die Fischlaibchen daraufsetzen. Auf jedes Laibchen einen Klecks Sauerrahm geben und die Steinpilze darauf drapieren. Mit Zwiebelringen belegen und mit dem Brotdeckel bedecken. Frisch servieren.

René Freund

## DER GARTENFREUND



# PILZGLÜCK

Was Tintenfische im Wald verloren haben,  
weshalb Hunde Trampeltiere sind und warum ich  
im September aufgeregt und ein Glückspilz bin.

**D**er Gartenfreund ist aufgeregt. Der Grund dafür ist ein schöner: Jetzt wachsen die Pilze. Ich schaffe es nur mit Mühe, in meiner Schreibstube zu sitzen, denn ich könnte da draußen so viel versäumen, ein frisch aus dem Moos geschossenes Nesterl mit Eierschwammerln zum Beispiel oder einen dieser wunderschönen Herbst-Steinpilze mit der dunkelbraunen, festen Kappe.

Pilze sind geheimnisvolle Wesen. Sie leben hauptsächlich unterirdisch. Durch das sich ausbreitende Myzel gehören sie zu den größten Lebewesen der Welt. Ein in Oregon erforschter Hallimasch ist zum Beispiel so groß wie 1.200 Fußballfelder und wiegt so viel wie vier Blauwale. Da würde sogar ich mir mit dem Aufessen schwertun. Aber es geht ja nicht nur ums Essen, sondern auch um das fast suchtartige Durchstreifen der Wälder auf der Suche nach Beute. Suche und Sucht müssen verwandte Begriffe sein. Und wie viel Schönheit und Einfallsreichtum der Natur einem bei diesen oft stundenlangen Tauchgängen begegnet!

Tauchgänge? Ja, denn erstens tauche ich vollkommen ein in diese Beschäftigung, und zweitens erinnern mich die für die Pilzjagd erfolgversprechenden Waldböden an Unterwasserlandschaften. Die Moose und Farne in ihren verschiedenen Formen und Größen stellen die Algen dar, Felsen, Höhlen und altes Holz gemahnen an verwunsene Buchten, und dazwischen wachsen diese geheimnisvollen Wesen in allen Farben und Formen aus dem Boden. Sie heißen ja auch Schwammerln – wie die ebenfalls im Meer lebenden Schwämme. Und dann gibt es Korallenpilze, die einerseits aussehen wie die Badehauben unserer Groß-

mütter, andererseits wie wahrhaftige Korallen. Richtig merkwürdig sind diese kleinen, spitz zu laufenden Pilze, die äußerlich an Calamari erinnern und – in Olivenöl und mit Knoblauch gebraten – auch ähnlich schmecken. Sie heißen Schopftintlinge, und wenn sie alt sind, lösen sie sich in schwarze Flüssigkeit auf. Es ist biologisch sicher nicht richtig, dass der Schopftintling ein Pilz gewordener Tintenfisch ist. Aber aus poetischer Sicht stimmt es.

Was habe ich nicht alles gemacht, um an Pilze zu kommen! Ich habe sie ausgegraben und im Garten eingesetzt, was natürlich nicht funktioniert – siehe unterirdisches Leben. Ich habe sie auf Stroh gezüchtet und Baumstämme mit Myzel „geimpft“. Als langwieriger und ebenso sinnlos erwies sich der Versuch, unsere Hunde zu Schwammerlsuchhunden umzu erziehen. Was haben wir nicht Leckerlis unter Herrenpilze gelegt oder Knackwurststücke in Eierschwammerln versteckt – das Ergebnis war immer dasselbe: Die Hunde haben die Pilze zertrampelt und wollten mehr davon. Nicht mehr Pilze, sondern mehr Knackwurst.

Und jetzt entschuldigen Sie mich bitte. Ich muss los. Es könnte in den vergangenen Stunden etwas nachgewachsen sein, ich muss einfach nach dem Rechten sehen. Und auch wenn ich nichts finde – allein durch diese wunderbare Pilz-Leidenschaft gehöre ich schon zu den Glückspilzen.

\* **René Freund** lebt als Schriftsteller im österreichischen Grünau im Almtal. Zuletzt erschienen: sein neuer Roman „Swinging Bells“ (Deuticke Verlag).

# VERZAUBERTE MILCH

Seit mehr als 7.000 Jahren beherrscht der Mensch die Verwandlung des weißen Elixiers in Käse. Heute spielen die Laibe, Rollen und Cremes auch beim Kochen eine wichtige Rolle. Wir zeigen fünf Spezialitäten.

REDAKTION: KLAUS KAMOLZ & ALEXANDER RIEDER FOTOS: INGO EISENHUT



## Würzig und reif.

Drei Musterbeispiele für die alpine heimische Käsevielfalt:  
Tiroler Graukäse (rechts),  
Vorarlberger Bergkäse und  
Gailtaler Almkäse (vorne).



## BREITE NUDELN

*mit Spinat, Schinkenspeck und Bergkäse*

Milch ist nicht gleich Milch, und Käse ist nicht gleich Käse. Eine Binsenweisheit? Nicht, wenn von Käsesorten die Rede ist, die **in den Bergen** entstehen. Da unterscheidet man sehr wohl zwischen der **Talmilch** und der fettreicherem **Almmilch** – und auch zwischen **Alm- oder Alpkäse** und **Bergkäse**. Echter Almkäse besteht nur aus Kuhmilch, die **rund um die Sennerrütteln** hoch oben gemolken wurde; Bergkäse hingegen darf auch Talmilch enthalten. In den österreichischen **Käseparadiesen**

**Tirol und Vorarlberg** gibt es beide Qualitäten zum Dahinschmelzen.





## GAILTALER HOLZKNECHTFRIGGA

Gleich drei typische Produkte des Gailtals in Kärnten treffen sich in der **heissen Eisenpfanne über offenem Feuer** und brutzeln zur Holzknechtfriitta: Gailtaler **Landmais**, zu Polenta gerührt, Gailtaler **Speck** und vor allem würziger Gailtaler **Almkäse**. Die Friitta war einst ein **kräftigendes Mahl**, das sich die Holzfäller im Wald selbst zubereiteten. Ganz ähnliche und **gleichnamige Gerichte** gibt es im benachbarten **Friaul** (Frico) und im **alpinen Westen Sloweniens** (Frika). Von der Friitta gibt es übrigens **viele Originalrezepte**; man könnte sagen, so viele, wie es Dörfer gibt.





## ZIEGENKÄSE IM STRUDELBLATT mit Rote-Bete-Salat

Eine kleine Galaxie im Käse-Universum bilden die vielen Ziegenkäsesorten: Es gibt sie mit **Weiß- und mit Rotschimmel** oder als **Hartkäse**, ganz frisch und **blütenweiß** oder zu beigen, **cremig weichen Aromabomben** herangereift, in **Kastanien-** oder **Weinblätter** oder in **Asche** gehüllt. Gemeinsam ist ihnen: Sie enthalten weniger schwer verdauliches Casein als Kuhmilch und werden dadurch auch besser vertragen. Unser Rezept mit Strudelteig ist ebenso ein Klassiker wie jene Zubereitung, bei der **kleine Laibe, mit Speck umwickelt**, in der Pfanne gebraten werden.



## LAMMKUCHEN mit Schafscamembert

Unter allen Käsesorten, die sich auch für die **warme Küche** eignen, ist der Camembert einer der beliebtesten - ob **gebacken**, mit **Preiselbeermarmelade** dazu, oder einfach **im Ofen geschmolzen**, damit man ihn mit einem Stück Brot vom Teller wischen kann. Ursprünglich kommt der **Weichkäse mit Weißschimmel** aus der französischen **Normandie**, Ende des 19. Jahrhunderts eroberte er ganz Europa. **Kaiser Franz Joseph I.** schätzte ihn besonders; und in Bayern wird er seit den 1920er-Jahren mit Butter und Gewürzen zum heiß begehrten **Obatzten** verrührt.





## ZUTATEN FÜR 1 RUNDE KUCHENFORM MIT 24 CM DURCHMESSER

Zeitaufwand: 3½ Stunden

### Für den Teig:

- 250 g Mehl, 2 g Salz**
- abgeriebene Schale von ½ Biozitrone**
- 125 g eiskalte Butterwürfel**
- 2–3 EL kaltes Wasser**
- 1 Ei (Größe M)**
- 1kg braune Linsen zum Blindbacken**

### Für den Belag:

- 150 g Zwiebeln**
- 2 Knoblauchzehen**
- 1 Stangensellerie, 80 g Karotte**
- 3 EL Olivenöl**
- 600 g Lammhackfleisch**
- 2 EL Tomatenmark, 125 ml Rotwein**
- 250 ml klare Gemüsesuppe**
- 2 Thymianzweige, 1 Lorbeerblatt**
- Salz, Pfeffer**
- 2 Eier, 1 EL Kapern**
- 300 g Zucchini**
- 150 g Schafscamembert**

### ZUBEREITUNG

Für den Teig das Mehl auf eine Arbeitsfläche sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Salz, Zitronenschale und Butter in das Mehl geben und alles mit den Fingern bröselig zerreiben. Wasser und Ei zufügen und rasch zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde im Kühlschrank rasten lassen.

**1.** Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Stangensellerie fein schneiden. Karotte schälen und grob raspeln. Gemüse in einer großen Pfanne kräftig anrösten. Lammfleisch zufügen und knusprig anbraten. Tomatenmark einrühren, mit Rotwein ablöschen und reduzieren lassen. Gemüsesuppe angießen, Thymian und Lorbeer zugeben, abschmecken und das Lammhackfleisch 40 Minuten lang vollständig einkochen lassen. Anschließend in einer Schüssel abkühlen lassen, die Kräuter entfernen und die versprudelten Eier sowie die Kapern unterrühren. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

**2.** Den Teig zu einem Kreis (ca. 30 cm Durchmesser) ausrollen und in die Kuchenform drücken; überstehenden Rand abschneiden. Den Teig mit Backpapier bedecken und die Linsen bis zum Rand einfüllen. Den Teigboden auf der untersten Schiene 15 Minuten backen, etwas abkühlen lassen und Linsen und Backpapier wieder entfernen.

**3.** Zucchini in feine Scheiben schneiden, mit einer kräftigen Prise Salz vermengen und 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend auf einem sauberen Küchentuch trocken tupfen.



**4.** Die Hälfte der Zucchinischeiben auf dem gebackenen Teigboden verteilen und mit Lammmasse bestreichen.

**5.** Mit den restlichen Zucchinischeiben dekorativ belegen.

**6.** Camembert in 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf dem Kuchen verteilen.

Den Kuchen auf der zweiten Schiene von unten bei 170 °C Ober-/Unterhitze 50 bis 55 Minuten backen.



## GRAUKASKNÖDEL mit Salbeibutter

Der Tiroler Graukäse darf sich seit Österreichs Beitritt zur Europäischen Union einer **geschützten Ursprungsbezeichnung** erfreuen. Der **Sauermilchkäse**, dem **Milchsäurebakterien** bei der Reifung auf die würzig-aromatischen Sprünge helfen, war einst dem einfachen Volk vorbehalten; er entsteht aus der **beim Buttermachen übrig gebliebenen Magermilch** und ist recht einfach herzustellen. Lässt man ihn länger reifen, wird er **immer pikanter**. Neben diesen Knödeln mit Salbeibutter ist er, wie auch der Bergkäse, in den traditionellen **Kaspressknödeln** enthalten.



## BREITE NUDELN mit Spinat, Schinkenspeck und Bergkäse

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 30 Minuten

2 Schalotten	Salz, Pfeffer
1 Knoblauchzehe	4 dünne Scheiben
80 g Kirschtomaten	Schinkenspeck
3 EL Olivenöl	400 g breite Bandnudeln
150 g junger Blattspinat	40 g gehobelter alter
125 ml Weißwein	Bergkäse
2 EL Crème fraîche	3 EL geröstete Pinienkerne

### ZUBEREITUNG

1. Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Kirschtomaten halbieren.
2. Schalotten und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Tomatenhälften und Spinat zufügen, mit Wein ablöschen und etwas einkochen lassen. Crème fraîche zufügen, sämig verkochen und abschmecken.
3. Schinkenspeck in feine Streifen schneiden.
4. Bandnudeln in Salzwasser kochen und abschütten.
5. Nudeln mit Spinatsauce und etwas Bergkäse locker vermengen und anrichten. Mit Schinkenspeck und Pinienkernen bestreuen. Mit dem restlichen Käse bestreuen.



## GAILTALER HOLZKNECHTFRIGGA

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 35 Minuten

500 ml klare Gemüsesuppe	400 g gekochte speckige
150 g (Gailtaler) Polentagrieß	Kartoffeln
50 g Sahne	100 g (Gailtaler) Almkäse
Salz, Muskatnuss	Pfeffer
120 g (Gailtaler) Räucherspeck	Schnittlauch zum Bestreuen

### ZUBEREITUNG

1. Gemüsesuppe erhitzen, Polentagrieß einrieseln lassen und mit einem Schneebesen kräftig rühren. Polenta cremig kochen, Sahne einrühren, mit Salz und Muskatnuss abschmecken und warm halten.
2. Inzwischen Räucherspeck zuerst in 2 mm dicke Scheiben und dann in 2 cm breite Stücke schneiden. Kartoffeln blättrig schneiden. Almkäse in 3–4 mm dicke Scheiben schneiden.
3. Speck in einer schweren Pfanne auslassen, Kartoffeln zufügen und goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Käsescheiben belegen.
4. Polenta auf Teller verteilen.
5. Sobald der Käse zu schmelzen beginnt, 4 Portionen abstechen und auf der Polenta anrichten. Mit Pfeffer und Schnittlauch bestreut servieren.



## ZIEGENKÄSE IM STRUDELBLATT *mit Rote-Bete-Salat*

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN**  
Zeitaufwand: 45 Minuten

*Für den Rote-Bete-Salat:*

150 g rohe Rote Bete  
80 g hellgrüner Lauch  
abgeriebene Schale  
von  $\frac{1}{2}$  Orange  
Saft von  $\frac{1}{2}$  Orange  
 $\frac{1}{2}$  TL gemahlener Kümmel  
3 EL Rotweinessig  
4 EL Olivenöl  
2 EL frisch geriebener  
Meerrettich, Salz, Pfeffer

*Für den Ziegenkäse:*

2 Jungzwiebeln  
4 Strudelblätter mit  $15 \times 15$  cm  
2 EL grob gehackte Petersilie  
und Liebstöckel  
4 dicke Scheiben einer  
Ziegenkäserolle  
Pfeffer  
4 EL zerlassene Butter

**ZUBEREITUNG**

1. Rote Bete schälen, in sehr dünne Scheiben schneiden oder hobeln und in Salzwasser 10 Minuten kochen. Anschließend kalt abschrecken und auf Küchenpapier trocken tupfen.
2. Lauch in hauchdünne Ringe schneiden.
3. Für die Marinade alle Zutaten verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.
5. Jungzwiebeln sehr fein schneiden.
6. Strudelblätter flach auflegen, je mit einem Nest aus Jungzwiebeln und Kräutern belegen, Ziegenkäse daraufsetzen und mit Pfeffer bestreuen.
7. Strudelblätter über dem Käse zu Säckchen falten und mit Butter bepinseln.
8. Strudelsäckchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und im Ofen in ca. 12 Minuten knusprig backen.
9. Rote Bete dekorativ anrichten, mit Lauchringen bestreuen und mit Marinade beträufeln. Die heißen Strudelsäckchen in die Mitte setzen und frisch servieren.



## GRAUKASKNÖDEL *mit Salbeibutter*

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN**  
Zeitaufwand: 45 Minuten

100 g Zwiebeln	1 EL gehackte Kräuselpetersilie
40 g Butter	1 EL Schnittlauch
150 g (Tiroler) Graukäse	3-4 EL Mehl (Type 405)
250 g Knödelbrot	
Salz, weißer Pfeffer	
1 Prise Muskatnuss	Außerdem:
200 ml lauwarme Milch	100 g Butter
3 Eier (Größe M)	1 Handvoll Salbeiblätter

**ZUBEREITUNG**

1. Zwiebeln schälen, fein würfeln und in einer Pfanne in Butter hellbraun anrösten.
2. Graukäse in kleine Würfel schneiden.
3. Knödelbrot in einer Schüssel mit Butterzwiebeln, Graukäse, Salz, Pfeffer und Muskatnuss mischen.
4. Milch über das Knödelbrot gießen und locker vermengen.
5. Eier mit Kräutern versprudeln und unter die Knödelmasse mengen. Mit Mehl bestäuben, alles gut durchmischen und die Masse 15 Minuten ziehen lassen.
6. In einem großen Topf reichlich Salzwasser oder eine leichte Hühnersuppe zum Kochen bringen.
7. Aus der Masse mit nassen Händen 12-16 Knödel formen und im Salzwasser unter dem Siedepunkt 12-15 Minuten garziehen lassen.
8. Butter in einer Pfanne schmelzen, Salbeiblätter einlegen und knusprig anbraten.
9. Graukasknödel anrichten, mit Salbeibutter übergießen und heiß servieren.

*Servus*

# Fotokurse 2020

**Termine: 5. 10. bis 8. 10. 2020  
und 8. 10. bis 11. 10. 2020**



*Fotografieren  
mit Servus-Fotograf*

*Peter  
Podpera*



FOTO: PETER PODPERA, HOTEL DONAUSCHLINGE, ILLUSTRATION: ROLAND VORLAUFER

Lernen Sie von Servus-Fotograf Peter Podpera alles über Landschafts- und Handwerksfotografie.

Begleiten Sie ihn im Rahmen dieses Kurses auf Motivsuche durch die faszinierende herbstliche Donauregion in Oberösterreich. Aussichtsreiche Weitblicke, mächtige Burgen und fast in Vergessenheit geratene Handwerke stellen die Szenerie für einen stimmungsvollen Fotokurs in einer facettenreichen Gegend.

Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen und bekommen Sie einen Eindruck davon,  
wie Fotostrecken und Reportagen in Servus in Stadt & Land entstehen.

Genießen Sie drei Nächte im Viersternehotel Donauschlinge in Haibach direkt an der Schlägner Schlinge.

Maximal zehn Teilnehmer pro Kurs. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!  
Unterkunft: Hotel Donauschlinge

**Alle Details zum Fotokurs und zur Anmeldung unter:**

**[servus.com/fotokurs](http://servus.com/fotokurs)**

donauschlinge  
riverresort

**DONAU**  
OBERÖSTERREICH  
bewegt. berührt.

Dorli Muhr

## ÜBER DEN TELLERRAND



# WIE BODEN SCHMECKT

Warum ich gerne auf einer Rebwurzel sitzen und die Abläufe unter der Erdoberfläche beobachten möchte.

Wie kann das sein, fragte ich mich. Dass man in ein Glas hineinriecht und erkennen kann, auf welchem Boden die Pflanze wuchs, deren Früchte gepresst wurden, deren Saft vergoren und jahrelang in einem Fass gelagert wurde, der dann durch eine Maschine gepumpt und in Flaschen gefüllt, nach einem Jahr der Lagerung versendet, wieder gelagert – und dann schließlich in das Glas vom Satzanfang gegossen wurde.

Als ich mir diese – zugegebenermaßen lange – Frage stellte, war ich noch sehr jung. Und weil mir niemand eine schlüssige Antwort liefern konnte, machte ich mich selbst auf die Suche. Ich las Bücher von klugen Weinexperten, ich verkostete mit den besten Sommeliers, ich diskutierte nächtelang mit den berühmtesten Weinmachern.

Heute, dreißig Jahre später, kann ich noch immer nicht erklären, warum Weine, die auf Kalk gewachsen sind, anders schmecken als jene vom Schiefer, vom Löss oder vom Lehm. Mit genauen Messapparaten kann man feststellen, ob die Säure und die Süße eines Weines so gewachsen sind oder ob der Kellermeister nachgeholfen hat, man kann den Schwefelgehalt messen und vieles mehr.

Aber auf welchem Boden eine Rebe gewachsen ist – nein, das können die Geräte nicht nachweisen. Es ist ja fast nicht zu glauben: Am Mineraliengehalt etwa unterscheidet sich ein Wein von einer steilen Schieferterrasse nicht von einem Wein, der in schwerer, tiefer Erde gewachsen ist.

Wie hochsensibel unsere Nase und unser Gaumen sind, beeindruckt mich immer wieder, denn sie erkennen Weine vom Schiefer an ihrer verführerischen Floralität, während sie Weine vom Kalk als schlank und hochgeschlossen wahrnehmen. Sie können der geradezu verschwenderischen Aromatik der Weine vom Löss kaum widerstehen und spüren den Druck, den schwerer Boden auf den Gaumen bringt. Rebsorten an sich sind langweilig; erst die Prägung durch den Boden, auf dem sie gewachsen ist, gibt einer Sorte Charakter.

Manchmal vergleiche ich das mit Erlebnissen in der Musik. Meine Lieblingsarie (*Figlia! Mio padre!* in Verdis „Rigoletto“) röhrt mich jedes Mal zu Tränen, wenn sie von Maria Callas gesungen wird, aber bei anderen Stimmen lässt sie mich kalt. Der Ton des österreichischen Trompeters Thomas Gansch ist unverwechselbar für mich, bei ihm werden sogar simple Schlager zu großer Kunst.

Demnächst nehme ich übrigens an einer Karotten-Degustation teil: Karottensorten werden auf unterschiedlichen Böden angebaut und dann blind verkostet. Ob dieses Experiment eine Antwort auf meine Fragen bringen wird?

Gibt es Gemüse oder Früchte, an deren Geschmack Sie den Boden erkennen? Schreiben Sie uns an:  
[redaktion@servus.com](mailto:redaktion@servus.com)

\* Dorli Muhr stammt aus Rohrau in Niederösterreich, wo sie am Spitzerberg Winzerin ist. Außerdem ist sie Chefin der Wiener Agentur Wine+Partners.



**Ortner's**  
RESORT ★★★★S

Neu  
ab Sep  
2020



Jetzt  
**EXKLUSIV**  
für Sie

## KURZ MAL WEG THERMEN

4 Nächte bleiben =  
NUR 3 Nächte bezahlen

(4 Übernachtungen mit  
Genuss-Halbpension, u.v.m.)

**jetzt buchen**



# Der O-Moment

*Quelle der Sinne: Das schönste & größte  
ThermenSpa-Resort in Bayern.*

Mit allen Sinnen wundervolle Momente erleben –  
ganz nach unserem Motto: Quelle der Sinne.  
Unsere hauseigene Thermalquelle sehen wir als Ursprung. Das  
wertvolle Heilwasser als das belebende Element.  
Tauchen Sie ein, halten Sie die Zeit an und lassen Sie  
sich von uns verwöhnen.



Wir begrüßen Sie auf das Herzlichste.

**Ihre Familie Ortner-Zwicklbauer**  
mit dem gesamten Ortner's Team.

... O ...

Pockinger Straße 1-7 94072 Bad Füssing Tel. +49 8531 279-0

***ortners-resort.de***

Martina Bachler

## AUS OMAS KOCHBUCH

# GROSS WERDEN

Wenn nicht viel zu Hause war, aber ein paar Menschen der Magen knurrte, bereitete die Großmutter geschnittene Nudeln mit Erdäpfelsoß zu.

FOTO: INGO EISENHUT

In der Küche meiner Oma wurde ich größer, ich konnte es ein paar Mal genau spüren, wie ich dort wuchs, vier, fünf Millimeter mindestens, ganz bestimmt war das so. Zum Beispiel als meine Oma zum ersten Mal nicht meiner älteren Cousine, sondern mir das Geld gab, um beim fahrenden Bäcker das Frühstück zu holen. Schon warm angezogen und mit den Geldscheinen fest in der Hand, stand ich in der Küche, wartete auf die Hupe des Lieferwagens – und wuchs währenddessen.

Nicht anders war es, als mich meine Oma zum ersten Mal den mit Holz beheizten Herd verschließen ließ, und natürlich wuchs ich auch, ganz bestimmt, als ich mit dem scharfen Messer beim Nudelschneiden helfen durfte.

G'schnittene Nudeln mit Erdäpfelsoß ist ein Essen, mit dem meine Oma eigentlich nicht in Verbindung gebracht werden wollte, würde ihr ganz generell etwas an der Beurteilung ihrer Kochkünste außerhalb ihrer Familie liegen. Es ist ein Alltagsessen, und in der Hierarchie der vielen Kärntner Nudelgerichte ist es ziemlich weit unten angesiedelt. Niemand ist für seine g'schnittenen Nudeln mit Erdäpfelsoß berühmt, niemand würde auf die Idee kommen, sie als vegetarisches Gericht anzupreisen, allein deshalb schon nicht, weil niemand sie überhaupt anpreist.

G'schnittene Nudeln mit Erdäpfelsoß gibt es, wenn nicht mehr viel zu Hause ist außer ein paar Hungrigen, von denen manche vielleicht sogar noch wachsen müssen. Bei meiner Oma gab es sie etwa an Tagen, die wir im Wald verbrachten, um Schwarzbeeren, Preiselbeeren und Schwammerl zu suchen, und entsprechend erschöpft waren.

Ich habe erstaunlicherweise keinerlei Erinnerung daran, wie meine Oma damals den Teig zubereitete, es war so alltäglich wie Zähneputzen. Jedenfalls braucht man einen ganz normalen Nudelteig. Manche lassen ihn eine Stunde rasten, meine Oma walkte ihn lieber gleich keksdünn aus und ließ ihn eine Stunde lang ausgerollt ruhen. Für uns Kinder war das eine echte Herausforderung, aber wir hielten durch und halfen bei der Erdäpfelsoß und warteten, bis das Messer gezückt wurde, um den Teig mit zügiger, gleichmäßiger Bewegung in Streifen zu schneiden.

Ob man dabei als Erwachsener noch wächst, weiß ich nicht genau. Als Kind aber bestimmt!

---

\* Martina Bachler ist 39, Journalistin beim österreichischen Magazin „trend“ und Chefredakteurin des Kultur-Magazins „Fleisch“. Sie ist lieber als sie kocht, erntet lieber als sie pflanzt und liest lieber als sie schreibt. Macht aber alles sehr gerne.



## G'SCHNITTENE NUDELN mit Erdäpfelsoß

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 2½ Stunden

Für den Nudelteig:

**250 g Mehl (Type 550)**

**1 großes Ei**

**¼ TL Salz**

**1 TL feiner Zucker**

**1 EL Sonnenblumenöl**

**100 ml Wasser**

**20 g Butter für die Pfanne**

Für die Erdäpfelsoß:

**500 g mehlige Erdäpfel**

**1 Lorbeerblatt**

**1 TL getrockneter Majoran**

**1 kleine Knoblauchzehe, gepresst**

**Salz, Pfeffer**

### ZUBEREITUNG

1. Mehl in eine große Schüssel geben und in die Mitte eine tiefe Mulde formen.
2. Das Ei in eine andere Schüssel geben und mit Salz, Zucker, Sonnenblumenöl und Wasser versprudeln.
3. Eiermasse in die Mehlmulde gießen und alles gut vermengen.
4. Den Teig aus der Schüssel stürzen und etwa 10 Minuten lang verkneten.
5. Teig auf das Nudelbrett geben und noch einmal 10 Minuten kneten, bis er geschmeidig ist. Der Teig muss glänzen, ganz weich in der Hand liegen und lächeln.
6. Den Nudelteig in Folie wickeln und 1 Stunde rasten lassen.
7. Den Teig auf dem bemehlten Nudelbrett dünn wie für Butterkekse austreiben. Teig ausgerollt ein Stunde lang rasten lassen.
8. Inzwischen die Erdäpfel schälen, in 4-5 cm große Würfel schneiden und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser bedecken. Lorbeer, Majoran und Knoblauch zugeben und die Erdäpfel weich kochen.
9. Die Erdäpfel aus dem Topf geben und das Kochwasser aufbewahren.
10. Die Erdäpfel zerstampfen und mit Kochwasser bis zur gewünschten Konsistenz aufgießen. Die Soß mit Salz und Pfeffer abschmecken.
11. Den Nudelteig mit einem Messer oder glatten Teigrad in 5-6 mm breite Streifen schneiden.
12. Die Nudeln in reichlich Salzwasser 3 Minuten kochen, abgießen und in einer großen Pfanne in heißer Butter schwenken.
13. Die Nudeln leicht salzen, mit der Erdäpfelsoß anrichten und genießen.

Wenn man will - Mani Opa hat das geliebt -, kann man auch einen ganz kleinen Löffel Apflelessig in die Erdäpfelsoß geben. Die Geschmäcker sind auch hier verschieden.



**Kirchenwirt.** Markus (re.) und Thomas Stöckeler in der Stube beim Meckatzer Weiss-Gold.  
Das Allgäuer Sonntagsbier mündet auch draußen im Schatten der Pfarrkirche St. Gallus.

# LOB DER KRUMMEN RÜBE

Das schöne Scheidegg im Westallgäu gilt als sonnigster Ort des Landes.  
Auch unser Gastgeber, der Hirschwirt, hat ein sonniges Gemüt.  
Er verwöhnt uns mit einem Pilzgericht, das nicht nur Vegetarier begeistert.

TEXT: THOMAS G. KONOFOLE FOTOS: MIRCO TALIERCIO

Wenn Markus Stöckeler, 54, eine junge Karotte in die Hand nimmt, meint man, er würde sie streicheln. „Manchmal“, sagt er beinahe zärtlich, „sind sie etwas krumm. Dann jammern die Lehrlinge, die sie schälen müssen. Aber so ist das eben: Biogemüse wächst, wie es will.“ Der Bio-Bauer, der die Rüben liefert, sitzt im nahen Lindau. Darauf legt Markus größten Wert: „Wir kriegen alles aus höchstens 20 Kilometer Entfernung, sogar unsere Mitarbeiter stammen fast ausnahmslos aus der Gegend. Bloß die Gäste kommen auch von weiter her.“ Er lacht und wendet sich der länglichen, weißfleischigen Petersilienwurzel zu. „Die ist mein absoluter Liebling, ihr rundes, weiches, leicht süßliches Aroma verfeinert die meisten salzigen Speisen. Bei meinem Rübengemüse darf sie nie fehlen.“

Da kann man dem erfahrenen Koch nur zustimmen. Sein Ragout von heimischen Pilzen, das verlockend nach Wald und Wiese duftet, erhält durch diese weiße Wurzel eine intensiv-würzige Note.

## DAS WUNDER VON SCHEIDECK

Während wir lustvoll den flauschigen Semmelknödel in der von frischen Kräutern grün gesprengelten Sauce wälzen, erklärt Markus' Bruder Thomas, 52, Brauer und Bier-Sommelier, die Hinterglasmalerei im Herrgottswinkel der „Alten Stube“, wo bis heute das Herz des 1689 erbauten Hauses schlägt: „Hier in Scheidegg (= Scheid-Eck) sollen sich einst die Wege der Allgäu-Heiligen Gallus und Magnus getrennt haben – was freilich ein Wunder wäre, denn als Magnus geboren wurde, war Gallus schon

lange tot ...“ Nun ja, an Wirtshaus-tischen wird bekanntlich so manches gesprochen.

An Stöckelers Familienchronik gibt es immerhin nichts zu deuteln. 1932 erwarb Großvater Ludwig den „Hirschen“, damals noch ohne Gästezimmer, aber mit Landwirtschaft und Metzgerei. 60 Jahre später übernahm Markus nach Stationen in erstklassigen Restaurants das Gasthaus von seiner Mutter, der legendären Wirtin Cölestine („Cilly“) Stöckeler, die 2015 verstarb. Ihre traditionellen Allgäuer Krautkrapfen stehen bis heute ganz oben auf der Karte.

---

\* **Gasthaus Beim Stöckeler im Hotel Zum Hirschen**, Kirchstraße 1, 88175 Scheidegg, Tel.: 08381/21 19, [zumhirschenscheidegg.de](http://zumhirschenscheidegg.de)



## PILZRAGOUT

### mit dreierlei Rübengemüse in Kräuterrahmsauce

#### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: ca. 1 Stunde 40 Minuten

Für das Rübengemüse:

**1 Knoblauchzehe, Salz  
200 g Karotten  
200 g Gelbe Rüben  
200 g Petersilienwurzeln  
20 g Zwiebeln, 2 EL Butter  
1 Lorbeerblatt, 1 Gewürznelke  
300 ml Wasser, Pfeffer, Muskatnuss**

Für die Rahmsauce:

**100 g Zwiebeln  
100 g Petersilienwurzeln  
50 g rohe Kartoffeln  
1 Knoblauchzehe, 1 EL Butter  
100 ml Weißwein, 300 ml Wasser  
200 g Sahne  
Salz, Pfeffer, Muskatnuss**

Für das Pilzragout:

**50 g Zwiebeln  
500 g frische Pilze (Pfifferlinge, Egerlinge)  
1 EL Butter  
Salz, Pfeffer**

**50 g frisch gehackte Kräuter (Liebstöckel, Petersilie, Kerbel, Majoran, Schnittlauch)**

#### ZUBEREITUNG

1. Für das Rübengemüse die Knoblauchzehe zerdrücken und mit etwas Salz vermengen, bis ein feiner Brei entsteht.
2. Karotten, Gelbe Rüben und Petersilienwurzeln schälen und in 1 cm große Stücke schneiden.
3. Zwiebeln grob würfeln und mit dem Knoblauchbrei in Butter anschwitzen, dann die dreierlei Rüben, das Lorbeerblatt und die Gewürznelke dazugeben und mitanschwitzen.
4. Wasser zugießen und das Gemüse langsam weich kochen, bis das Wasser auf die Hälfte reduziert ist.
5. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

**Markus Stöckeler: Rübengemüse harmoniert auch sehr gut mit Kalbs- tafelspitz oder geschmorter Kalbshaxe.**



6. Für die Rahmsauce Zwiebeln, Petersilienwurzeln, Kartoffeln und Knoblauch in Würfel schneiden.
7. In der zerlassenen Butter Zwiebeln und Knoblauch hell anschwitzen, Kartoffeln und Petersilienwurzeln dazugeben, mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen.
8. Wasser und Sahne zugießen und so lange durchkochen, bis das Gargut weich ist.
9. Die Sauce mit dem Pürierstab fein pürieren und durch ein feines Sieb streichen.
10. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
11. Für das Pilzragout Zwiebeln fein würfeln, Pilze sauber bürsten (nicht waschen) und gleichmäßig nicht zu klein schneiden.
12. Zwiebeln in Butter hell anschwitzen, Pilze dazugeben, mitanschwitzen und nur ganz leicht mit Salz und Pfeffer würzen.
13. Pilzragout und Rübengemüse auf Tellern verteilen und gerade so viel Rahmsauce angießen, dass Pilze und Rüben leicht in der Sauce schwimmen.
14. Kräuter untermischen und servieren.

**Markus Stöckeler: Dazu passen Semmelknödel, aber auch Käsknödel oder geschabte Spätzle.**



## SCHÖNES FÜR ZUHAUSE

REDAKTION: ALICE FERNAU

### FUNDSTÜCK

#### *Stalltür mit Anhang*

Wenn **altes Holz**, gezeichnet von Wind und Wetter, zu Hause Einzug hält, sieht das nicht nur hübsch aus, sondern erfüllt auch einen guten Zweck: Wir haben die ehemalige **Türe eines Schafstalls** zur Garderobe umgemodelt und schützen so die Vorzimmerwand vor Schmutz und unliebsamen Wasserflecken.

Zuerst das Holz gut **abbürsten** und die Eisenbeschläge vom Flugrost befreien. Die Haken waagrecht montieren und die neue Garderobe mit Schrauben und Dübeln fest an der Wand fixieren.





#### ◀ ALLGÄUER AUFHÄNGER

Wer Haken, Fenstergriffe oder kunstvolle Beschläge nach **traditionellem Vorbild** sucht, ist bei **Hans-Peter Hummel** genau richtig. Aus dem beschaulichen Städtchen Legau an der oberschwäbischen **Barockstraße** kommen die guten Stücke, die hier auch auf Wunsch passgenau gefertigt werden. Gusseisener Garderobenhaken für 7,93 Euro bei [kunstbeschlag.de](http://kunstbeschlag.de), Tel.: 08330/933 33

#### BODENSCHMUCK AUS VORARLBERG ▶

Handgewebtes für den Fußboden wird bei **Tisca** im österreichischen Thüringen in Vorarlberg schon seit über fünf Jahrzehnten hergestellt. Der Teppich **Olbia Collina**, der zur Gänze aus naturbelassener **Schafschurwolle** gefertigt ist, hat es uns besonders angetan. In 96 Farben von 60 × 120 bis 300 × 400 cm ab 384 Euro bei [tiscarugs.com](http://tiscarugs.com), Tel.: +43/5550/2311-0

#### ◀ SALZBURGER REGENSCHUTZ

Immer, wenn es regnet, freut sich **Andreas Kirchtag**. Denn dann kommen seine **Schirme** zum Einsatz. Und die halten, was sie versprechen: Alle Modelle der traditionsreichen Salzburger **Manufaktur** sind echte Stockschirme und daher besonders robust. Sie trotzen Windböen genauso wie starkem Regen. Für 449 Euro bei [servusmarktplatz.com](http://servusmarktplatz.com)

*„Wer hat das Wort ersonnen?  
Es klingt wie ein süßer Reim,  
eine Welt voll tausend Wonnen –  
das traute Wörtlein ‚Heim‘!“*

Friedrich Pesendorfer (1867–1935)



#### ▲ KERAMIK AUS WIEN

Sie arbeitet mit **Steinzeugton**, entwickelt ihre Glasuren durch das Experimentieren mit **Pflanzenasche** und brennt ihre Objekte bei **1.250 Grad**: Die gebürtige Burgenländerin **Romana Widder-Lunzer** hat ihr Handwerk in Stoob erlernt, heute fertigt sie ihre schönen Gefäße im 2. Bezirk in Wien. Vasen ab 20 Euro bei [widder-lunzer.at](http://widder-lunzer.at), Tel.: +43/699/199 79174





**Gastfreundlich.** Zu Johannes und Claudia kommt man gern.  
Die alte Eingangstüre steht für Familie und Freunde immer offen.

# ZURÜCK ZU DEN WURZELN

Johannes und Claudia Auersperg sind wieder daheim. Nach langen Jahren in London genießen sie ihr Leben nun am Attersee in Oberösterreich. In einem Haus, das so wunderbar zu ihrer Familiengeschichte passt.

TEXT & FOTOS: YVONNE OSWALD

**Paradiesisch.** Auf dem kleinen Balkon vor der Küche wird im Sommer gern gefrühstückt. Man genießt den Ausblick und erfreut sich an der herrlichen Landschaft des Salzkammerguts.



**Einfach gemütlich.** Claudias Küche wurde nach ihrem Entwurf von einem lokalen Tischler gebaut. Stoffe, Stühle und Tisch stammen aus England.





**Harmonisch und elegant.** Ob die gemütlichen Sofas im Wohnzimmer (oben) oder der elegante Tisch mit den Barockspiegeln im Esszimmer (unten) – das Mobiliar wurde mit Bedacht ausgesucht und aufeinander abgestimmt.





**Rückzugsort.** In seinem Schreibzimmer hat Johannes all seine Kunstabücher versammelt.  
Unten: Die Kommode mit den beiden Lampen und dem bemalten Spiegel dahinter wirkt wie eine Skulptur.

W<sup>as</sup> für ein grandioser Blick über den See!  
Johannes Auersperg lehnt am Terrassengeländer und lächelt. „Ja“, sagt er glücklich, „die ständig wechselnde Farbe des Wassers und der Blick über die Berge haben uns sofort von diesem Platz überzeugt.“

Der Kunsthistoriker und Kunsthändler lebte mit seiner Frau Claudia und den Kindern lange Zeit in London. „Vor einigen Jahren hatten wir allerdings das Gefühl, dass wir zurück zu unseren Wurzeln müssten“, erzählt die gelernte Goldschmiedin und Inneneinrichtungsexpertin.

Der Zufall wollte es, dass sie ihren Traumplatz am Attersee im Salzkammergut fanden. „Hier stand ein reizendes, um 1910 errichtetes Sommerhaus, das aber leider nicht mehr zu retten war. Der Besitzer hatte die Pläne für einen Neubau schon eingereicht. Wir haben sie einfach ein wenig abgeändert“, erklärt Claudia die Geschichte der Villa.

2014 war es dann so weit. Die beiden konnten einziehen. Seitdem genießen sie ihr neues Refugium – freilich nicht allein. Ob die Kinder, jemand aus dem großen Kreis der Familie Auersperg oder der zahlreichen Freunde: Immer ist jemand zu Besuch da. Sommers wie winters. „Besonders während der Salzburger Festspiele haben wir beinahe jeden Tag Gäste. Gut, dass wir so viele Zimmer haben“, ➤





**Fröhlich und funktionell.** Die Gästezimmer sind klar und farbenfroh gestaltet. Im Bad hat man vor der Büchertapete eine alte Kommode kurzerhand zum Waschbecken umfunktioniert (links). Unter dem englischen Leibstuhl verbirgt sich ein WC (rechts).





**Sonnenseiten.** Das an den Hang geschmiegte Refugium der Auerspergs wird von einer mächtigen alten Linde beschützt. Vom Wohnzimmer aus kann man sogar den See sehen. Da muss man nicht einmal auf die Terrasse (unten).



sagt Claudia vergnügt und führt uns durch das Haus, das sie und ihr Mann klassisch und schlicht eingerichtet haben. Das Mobiliar – teils ausgesucht, teils geerbt – ist eine harmonische Mischung aus Antiquitäten und modernen Einrichtungsgegenständen.

#### FAMILIENBANDE

Mit der Region tief verwurzelt sind die Auerspergs schon lang. Kurzer Auszug: Johannes' Familie lebt auf Schloss Weitwörth nahe Salzburg. Claudias Großvater väterlicherseits, Einar Nilson, war Mitbegründer der Salzburger Festspiele, Musikdirektor bei Max Reinhardt und hat für den „Jedermann“ die Musik komponiert. Claudias Urgroßvater mütterlicherseits wiederum, der Schauspieler Alexander Moissi, war der erste Salzburger Jedermann.

Auch was die Villa am Attersee betrifft, gibt es einen Zusammenhang. Die Familie der Vorbesitzerin war nämlich bestens mit den Vorfahren von Johannes befreundet. „Es ist ein gutes Gefühl, zu wissen, dass wir nicht nur an einem so wunderbaren Platz wohnen dürfen, sondern dass auch die Verbindungen so eng sind“, sagt Claudia.

Und Johannes nickt. Da sind sich die beiden einig.



Bayern®



Bayern ist der Inbegriff von Genuss, Lebensfreude, Sinnlichkeit und Lebenslust. Das fühlt man in Wirtshäusern, Biergärten und Hotels, in Städten oder in der Natur.

Auch in Zeiten von Corona hält uns nichts davon ab, das Leben bei einem Glas Wein, Bier oder Schorle zu genießen.

Auf **lebenslust.bayern** geben wir über 70 Tipps für tolle Lebenslust-Orte in Bayern. Außerdem verraten Bayerns Wirte, wie sie für eure Gesundheit sorgen. Zu allem liefert die Alpen Jazz Techno-Band LaBrassBanda mit einem exklusiven Song den passenden Soundtrack. QR Code scannen und reinhören ...



# Chiemsee-Alpenland

## Der Süden, so nah

*Ab aufs Rad, rein in den Wanderschuh, heißt es im Süden Oberbayerns zwischen München und Salzburg, denn diese Region hat viel zu bieten: Natur, Kultur, Sport, Erholung und Genuss.*



### Chiemsee-Alpenland

#### Naturgenuss auf Bayerisch

Das Chiemsee-Alpenland ist geprägt von Wiesen und Wäldern, Seen und Flüssen, eingesäumt von einer herrlichen Bergkulisse. Hier kommen Gipfelstürmer, Familien, Genussradler, Kultur- und Traditionsliebhaber, Gesundheitsreisende sowie Erholungssuchende voll auf ihre Kosten. Sportliche Aktivitäten in der Natur stehen das ganze Jahr auf dem Programm, die Region ist aber vor allem für Radfahrer und Wanderer eine Traumdestination. Möchte man diese Gegend mit dem Rad erkunden, so bietet sich beispielsweise jener Teil des bayerischen Abschnitts des Inntalradweges an, der vom schönen Luftkurort Kiefersfelden durch die gesamte Region über Rosenheim bis nach Wasserburg führt. Entspannte Wanderwege verlaufen in der Ebene am Chiemsee und der Eggstädt-Hemhofer Seenplatte, unvergleichliche Panoramablicke warten am Berg. Ganz gleich, wie man unterwegs ist – eine gemütliche Brotzeit in einer der Almen oder einem Gasthof ist jedenfalls Pflicht.

[chiemsee-alpenland.de](http://chiemsee-alpenland.de)

### Bad Endorf

#### Gesund mit Wasser

Mit den Füßen oder dem Rad auf festem Boden und dem steten Blick aufs Wasser ist man in der Chiemgauer Seenplatte, dem ältesten Naturschutzgebiet Bayerns, unterwegs. Nicht weniger als 17 Einzelseen mit einer beeindruckenden Flora und Fauna in den Schilf- und Moosgründen und ganz besonders viel Ruhe gibt es hier. Um dieses magische Fleckchen Erde zu entdecken, ist Bad Endorf ein idealer Ausgangspunkt. Hier hat man sich ganz dem Thema „Gesund mit Wasser“ verschrieben: Das Herzstück Bad Endorfs sind die Chiemgau Thermen mit Freibekken, Felslagune, Panoramasauna und die Totes Meer Salzgrotte. Und es wäre keine bayerische Gemeinde, gäbe es nicht auch ein reges Vereins- und Kulturleben in Bad Endorf und seinen Ortsteilen Antwort-Mauerkirchen, Hemhof und Hirnsberg, das 2016 als schönstes Dorf Deutschlands ausgezeichnet wurde. Gut möglich, dass man hier die schönste Zeit des Jahres erleben kann.

[bad-endorf.de](http://bad-endorf.de), [chiemgau-thermen.de](http://chiemgau-thermen.de)



*„Im Chiemsee-Alpenland kann man Bayern von seiner schönsten Seite kennenlernen und die alpenländische Tradition und Lebensart erleben.“*



## Bad Feilnbach

### Gesund mit Genuss

In der Region rund um Bad Feilnbach ist das Radeln ein ganz besonderer Genuss, und einer der Gründe dafür ist fruchtig, rund und saftig – der Apfel. Die Obstbauern im Gemeindebereich von Bad Feilnbach pflücken noch sorgfältig per Hand und verkaufen die Äpfel in Hofläden oder verarbeiten sie zu köstlichen Säften, Likören oder Obstbränden, Marmeladen oder Gelees. Auch in den Gaststätten werden die Äpfel zu verlockenden Gerichten weiterverarbeitet. Kein Wunder also, dass es zahlreiche Genussradler in den Kurort zieht, der seit 2018 mit dem offiziellen Titel „Genussort“ ausgestattet ist. Zurück an den Ursprungsort geht es dann oft mit einem schwereren Rucksack – vollgepackt mit regionalen Köstlichkeiten mit der Kennzeichnung „Produkt aus Bad Feilnbach“.

**TIPP:** Von 3. bis 16. Oktober finden die Apfelwochen der „kreativ & köstlich“-Wirte in Bad Feilnbach statt.

[bad-feilnbach.de](http://bad-feilnbach.de)

## Wasserburg am Inn

### Die Perle am Inn

Für den Altlandkreis Wasserburg sollte man sich ausreichend Zeit nehmen – eine genussvolle Radtour ist somit genau das Richtige, um die eindrucksvolle Natur und Kultur der Region mit allen Sinnen zu erleben. Wasserburg ist ein Knotenpunkt verschiedenster Radwege, die natürlich auch individuell kombiniert werden können: Innradweg, Wasserburger Radrundweg, Mozartradweg und Benediktweg sowie die Panoramaweg Isar-Inn und Inn-Salzach versprechen Radgenuss für Jung und Alt. Die Stadt Wasserburg selbst ist der Höhepunkt jeder Radtour und wird nicht umsonst „Die Perle am Inn“ genannt: Mit ihrem mittelalterlich-mediterranen Flair lädt sie ihre Besucherinnen und Besucher auf eine Reise in die Vergangenheit ein – mit allen Annehmlichkeiten der Gegenwart.

**TIPP:** Gemütlicher Altstadtbiergarten mit Musik, immer Donnerstag bis Sonntag, bis voraussichtlich Mitte Oktober (je nach Witterung).

[wasserburg.de](http://wasserburg.de)



# GEFLOCHTEN & GEDREHT

Basteln mit Bast: Das vielseitige Naturmaterial sieht gut aus und gibt – ob als Untersetzer, Schlüsselquaste oder Lampenschirm – dem Zuhause eine warme, heimelige Note.

REDAKTION: ALICE FERNAU STYLING: ANNA SCHOBER FOTOS: DORIS HIMMELBAUER



## SCHAU, WIE SCHÖN!



**Bild linke Seite:** Sie schützen altes Holz vor unliebsamen Wasser-rändern oder lassen sich gut als **Tischsets** verwenden. Außerdem sind die **runden Bastuntersetzer** im Handumdrehen gemacht: Einfach einen Strang **Bast** fest in sich verdrehen und auf einer ebenen Unterlage spiralförmig einrollen. Die entstehende **Schnecke** mit einem langen Bastfaden und **Stopfnadel** von der Mitte nach außen mit großen Stichen nach und nach **vernähen**, bis die gewünschte Größe erreicht ist.

Für die **Schlüsselquaste** den Bast mehrmals um ein Stück Karton wickeln, an einer Seite aufschneiden und den **Karton** herauslösen. Das entstandene Büschel etwa drei Zentimeter vom oberen Ende mit einem **Bindfaden** fest umwickeln, sodass eine Schlaufe entsteht. Durch diese und den **Schlüssel** ein Stück Bast fädeln und verknoten.



## TISCHLEIN DECK DICH!



**Untersetzer** aus Bast zu **flechten** ist keine Hexerei. Nach dem Flechten wird der lange, dünne Zopf flach auf einem Tisch aufgelegt und **spiralförmig** eingedreht. Die Spirale nach und nach mit einem dünnen Faden (Zwirn) vernähen. Ist der Untersetzer noch nicht groß genug bzw. der **Zopf** zu kurz, kann **angestückelt** werden, bis die passende Größe erreicht ist.

Auch die **Serviette** haben wir mit einem Stück Bast zusammengebunden – und einen **Hagebuttenzweig** dazugesteckt. Mit ein paar Nussbaumblättern dazu dekoriert, sieht das herbstliche **Tischarrangement** besonders hübsch aus.





## ZARTES KNÜPFWERK



Wer gerne auf dem **Flohmarkt** oder beim Altwarenhändler herumstöbert, macht oft die schönsten Funde – so wie diese **Gläser** im fragilen **Bast-Knüpfwerk**. Sie passen perfekt zu unseren Untersetzen und auf den liebevoll gedeckten Tisch.

## AUFFRISIERTE LAMPE



So manch schlichte **Lampe** kann durchaus etwas **Aufputz** vertragen. In diesem Sinn haben wir einzelne Baststränge von oben nach unten um den weißen **Lampenschirm** gelegt, diese jeweils am unteren Rand verknotet und anschließend **zurechtgestutzt**. Zum Schluss nur noch ordentlich **zurechtzupfen** – und fertig ist die neue Schirm-Frisur, die **strubbelige Schatten** auf ihre Umgebung wirft.



## GLÄNZENDER WANDSCHMUCK



Spieglein, Spieglein an der Wand:  
Wie ein **Strahlenkranz** umrahmen  
die Bastfäden den Spiegel –  
was für ein schöner **Blickfang**.

An der **Rückseite** des Spiegels  
rundum doppelseitiges Klebeband  
anbringen und dicht an dicht  
**Baststücke** in unterschiedlichen  
Längen so verteilen, dass die Enden  
über den Spiegelrand stehen.  
Dann den **Spiegel** umdrehen und  
die **Fransen** von der Vorderseite  
zurechtschneiden. Auf der Rückseite  
mittig ein **Spiegel-Klebeblech**  
montieren und an einem Haken  
an der Wand befestigen.

# EIN BEUTEL FÜR ALLE FÄLLE

Nadel und Faden, Leinen, Ösen, Kordel und etwas Geschick:  
Viel braucht es nicht, um einen Rucksack selber zu basteln. Mit Stofffarben und Gräsern  
als Druckmodell bekommt der Beutel auch noch ein hübsches Muster.

REDAKTION: ALICE FERNAU FOTOS: DORIS HIMMELBAUER STYLING: ANNA SCHOBER



**Schlicht und einfach.** Als praktischer Turnbeutel oder für den Pulli, den man am Abend gut brauchen kann: Der selbst gemachte Stoffrucksack ist ein vielseitiger Begleiter.



#### DAS BRAUCHT MAN:

1 rechteckiges Stück Leinen (90 × 35 cm), Nähnadel, Zwirn, 2 × 2 Meter Seil oder Kordel, 2 Ösen (durch die das Seil doppelt genommen passt), Hammer, Butterbrotpapier, Stofffarben, Pinsel, Nudelholz

#### Kleine Bastelanleitung



1. Den Stoff genau in der Mitte falten, die beiden Hälften passgenau übereinanderlegen und an den beiden langen Seiten einen Zentimeter vom Rand mit Rückstichen zusammennähen.
2. Die Seitennaht jeweils vier Zentimeter vor der oberen Öffnung beenden. Den überstehenden Stoff nun auf beiden Seiten nach außen umschlagen und den Einschlag so festnähen, dass jeweils ein Tunnel entsteht. Dann den Beutel von innen nach außen stülpen.
3. Jetzt in die unteren Ecken des Beutels mit dem Hammer jeweils eine Öse einschlagen.

4. Einzelne Gräser oder Blumen auf einer Unterlage mit Stofffarbe bestreichen und vorsichtig auf den Stoffbeutel legen, bis das gewünschte Muster entstanden ist.
5. Butterbrotpapier über die Gräser legen und mit dem Nudelholz – nicht allzu fest – darüberrollen. Anschließend das Papier und die Gräser vorsichtig vom Stoff nehmen. Gut trocknen lassen.
6. Jetzt ein Seil zuerst unten durch die Öse, dann durch beide Tunnel und wieder zurück durch die Öse fädeln und verknoten. Mit dem anderen Seilstück von der zweiten Öse ausgehend gleich verfahren. Die Länge anpassen.

**\* Gut zu wissen:** Mehr Bastelanleitungen und spannende Themen für Kinder finden Sie im druckfrischen Magazin **Servus Kinder**.

**Und neu:** Jeden Samstag ab 11 Uhr zeigt Bastelexpertin Anna Schober live auf Facebook, wie man tolle Dinge selber machen kann.  
Mehr dazu: [servus.com/kinder](http://servus.com/kinder)





## TANJAS TIERLEBEN

VON TIERÄRZTIN TANJA WARTER

# HERDEN IN LUFTIGER HÖH'

Um für die Berge zu taugen, muss Kuh einiges können. Nicht zu schwer, genügsam und robust sollte sie sein. Das rar gewordene Original Braunvieh eignet sich besonders gut.

Wer in ländlichen Regionen unterwegs ist, begegnet immer wieder Kühen. Dazu muss man sich nicht einmal anstrengen und auf höhergelegene Almen wandern. Kühe beobachten kann man auch ganz bequem auf den Wiesen im Tal. Die meisten Kühe im Alpenraum sind rötlich braun, groß und haben ein weißes Gesicht. Dann handelt es sich mit Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit um Fleckvieh. Etwa 80 Prozent aller Kühe in Bayern gehören dieser heute sehr beliebten Rasse an.

Grund genug, hier in lockerer Folge auch andere, seltene alte Rassen vor den Vorhang zu holen. Etwa das Original Braunvieh. 1987 taten sich Züchter aus Bayern und

Baden-Württemberg zusammen, um diese stark gefährdete Rasse zu retten und vermehrt zu züchten. Seitdem ist der Bestand wieder kontinuierlich angestiegen. Knapp 1.000 Tiere gibt es von dieser bedrohten Rasse in den beiden Bundesländern, verteilt auf etwa 100 Milchviehbetriebe.

Aber was muss eine Kuh eigentlich genau können, um sich für die Alm zu eignen? Zunächst einmal darf sie nicht zu viel wiegen, denn sehr schwere Kühe bewegen sich im Gelände nicht wirklich locker. Eine Original Braunviehkuh hat im Durchschnitt 550 Kilogramm. Eine Fleckviehkuh wiegt zirka 200 Kilogramm mehr. Und mit einer Widerristhöhe von 130 Zentimetern ist das Original Braunvieh auch eine Handbreit

kleiner als das Fleckvieh. Zudem ist die alte Traditionsrasse genügsam beim Futter, zutraulich und robust. Alles Qualitäten, die in Höhenlagen besonders gefragt sind. Eine Gemeinsamkeit der beiden Kuhrassen: Sie stecken nicht ihre gesamte Energie in große Milchmengen, sondern setzen auch Fleisch an. In Fachkreisen nennt man das „Zweinutzungsrind“ – also für Fleisch- und Milchproduktion geeignet.

### HELLE HÖRNER, SCHWARZE KLAUEN

Typisch für das Original Braunvieh ist zum Beispiel das dunkle Flotzmaul (so nennt man bei Kühen die Verschmelzung von Oberlippe und Nasenlöchern), das von einem hellen Rand eingesäumt ist. Typisch



**Alpine Schönheit.** Je weiter oben, desto eher trifft man diese alte Rinderrasse an. Dem Original Braunvieh sagt man ein ruhiges Gemüt und guten Zusammenhalt in der Herde nach. Leider sieht man es nur noch selten.

sind auch die hellen Hörner mit dunklen Spitzen und die schwarzen Klauen. Für einen Laien ist es allerdings nicht einfach, diese in ihrem Ursprung etwa 4.000 Jahre alte Rasse vom viel weiter verbreiteten und ganz auf Milchleistung gezüchteten „normalen“ Braunvieh zu unterscheiden. Ein wichtiges Merkmal: Das Original Braunvieh ist gedrungener.

Einen Hinweis darauf, mit welcher Rinderrasse man es zu tun hat, gibt zumindest der Ort, an dem man die Tiere antrifft. In kargen Höhenlagen steigt jedenfalls die Wahrscheinlichkeit, einem selten gewordenen Original Braunvieh zu begegnen. Denn so trittsicher, genügsam und geländegängig ist so schnell keine andere Kuh.

## NAGEN UND MAHLEN

### Zahnpflege für Kaninchen

**S**eine Milchzähne verliert ein Kaninchen im zarten Alter von drei bis fünf Wochen. Danach hat es 28 Zähnchen im Maul. Markant sind vor allem die großen Schneidezähne – zwei im Unterkiefer und vier im Oberkiefer. Warum vier? Weil hinter den sichtbaren beiden Schneidezähnen noch zwei kleinere versteckt sind. Man nennt sie Stiftzähne. Sie sind typisch für Kaninchen, aber ob sie eine Funktion haben und, wenn ja, welche, das ist bis heute unklar.

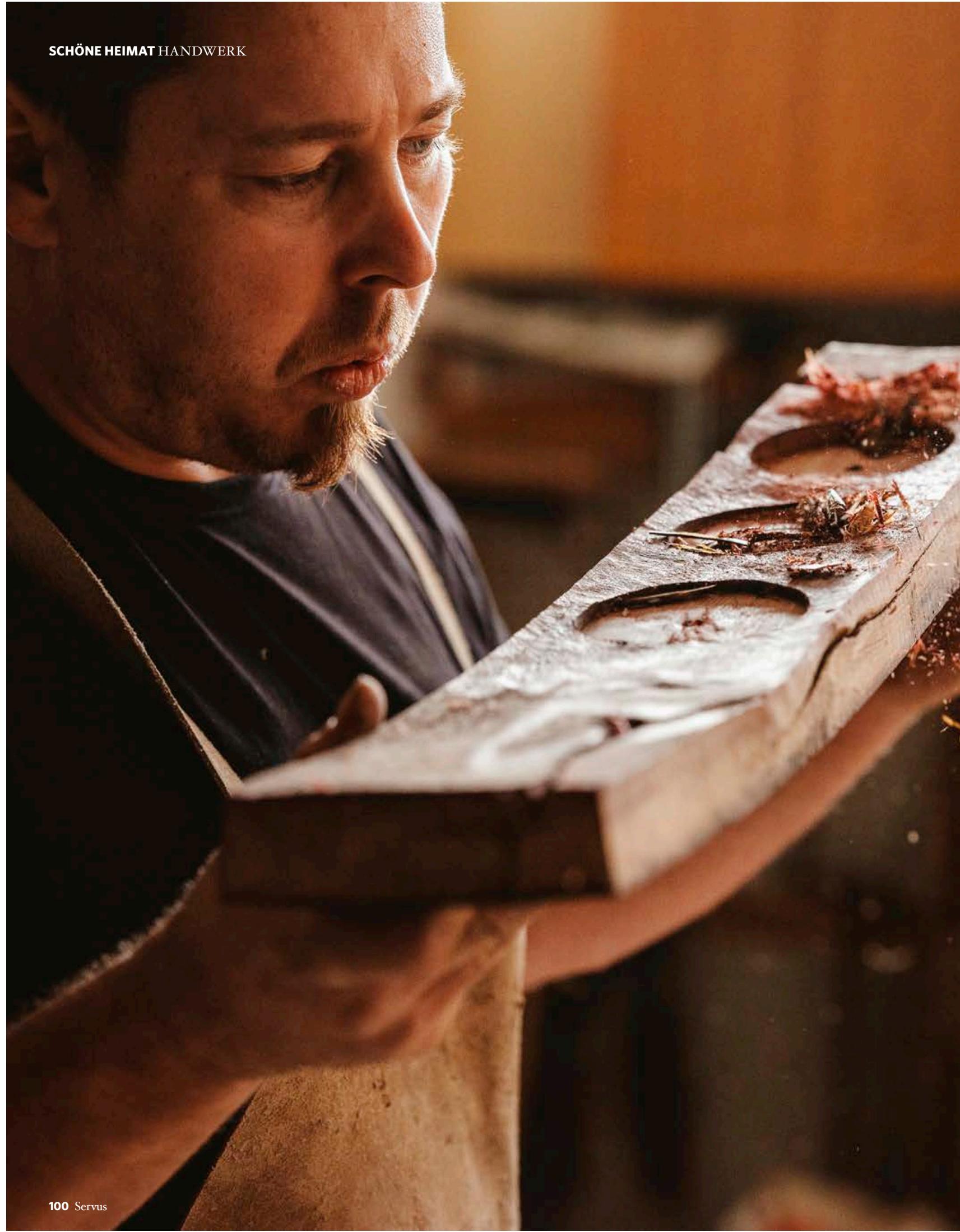
Mit den Schneidezähnen knabbern, beißen und nagen Kaninchen ihr Futter. Die Backenzähne liegen sehr weit hinten in der Maulhöhle. Sie zermahlen mit seitlichen Kieferbewegungen Karottenstücke, Zweige, Salat, Heu und was sonst noch bei ihnen ankommt. Erstaunlich ist: Alle Zähne der Kaninchen wachsen ein Leben lang, pro Woche zwischen ein und zwei Millimeter.

Genau das muss man bei der Fütterung berücksichtigen. Durch das Nagen und Mahlen werden die Zähne gleichmäßig abgerieben – vorausgesetzt, das Kaninchen hat keine Fehlstellung, was auch immer wieder vorkommen kann. Ein Kaninchen, das überwiegend mit Fertigmischungen gefüttert wird, hat wenig zum Beißen und Mahlen. Folge: Die Zähne werden länger und länger, das Tier kann irgendwann gar nichts mehr fressen. In solchen Fällen hilft der Tierarzt.

Das wichtigste Futter für Kaninchen ist Heu. Es sollte drei Viertel der Ernährung ausmachen, denn es ist einerseits gut für die Zähne, andererseits für das spezielle Verdauungssystem. Frisches Gras, Zweige (z. B. Haselnuss oder Johannisbeere) und auch Karotten runden das Menü ab. Es darf gern vielseitig sein. Von einer Fertigfuttermischung sind zwei Esslöffel am Tag ausreichend. Man kann aber sogar ganz darauf verzichten.



**Kleiner Nager.** Heu, Gräser und Zweige sind das gesündeste Futter für Kaninchen und sollten daher besonders oft auf dem Speiseplan stehen.



# IM DAUBENSCHLAG

Bernd Hamal macht aus alten Weinfässern kleine Kunstwerke.  
Dabei ist der kreative Daubekünstler in diese Leidenschaft  
eher zufällig hineingestolpert.

TEXT: WOLFGANG M. GRAN FOTOS: MICHAEL REIDINGER



**Kreatives Potpourri.** In der alten Tischlerwerkstatt seines Vaters erschafft Bernd Hamal aus Fassdauben Weinständer, Uhren und vieles mehr. Das Fräsen der Vertiefungen ist Präzisionsarbeit (Bild links).

## „ICH WILL DIE ALten FÄSSER DURCH KÜNSTLERISCHE VERWENDUNG DER NACHWELT ERHALTEN.“

Bernd Hamal

**W**er sucht, der findet, heißt es. Aber manchmal ist das, wonach man sucht, noch gar nicht erfunden. Und dann gibt es drei Möglichkeiten: Man haut den Hut drauf und versöhnt sich bei einem guten Achterl Wein mit dem Schicksal; man geht einen Kompromiss ein und mit der zweiten Wahl nach Hause – oder man geht her und erfindet einfach selbst, wonach man so intensiv suchte.

Der Niederösterreicher Bernd Hamal wählte Option drei, als er für sein Ess- und Wohnzimmer vor zehn Jahren einen Weinständer suchte. Denn von seinen Ansprüchen wollte er nicht einen Millimeter abweichen: „Das sollte nicht einfach nur irgendein Gebrauchsgegenstand sein, sondern ein Stück Weinkeller für zu Hause.“

### MIT ÜBUNG ZUM MEISTERSTÜCK

Und so erstand er bei einem befreundeten Winzer ein altes Weinfass und machte sich in der früheren Tischlerwerkstatt seines Vaters in Enzersdorf, 70 Kilometer nördlich von Wien, ans Werk.

Wie viele der Dauben Bernd Hamal bei diesem Pilotprojekt schon verschlissen hat, ehe sein Wunsch-Weinständer endlich gelang, kann er nicht mehr sagen: „Es waren jedenfalls unzählige Versuche“, gibt er schmunzelnd zu. Aber er übte so lange, bis sein Meisterstück in voller Pracht vor ihm stand.

Nun könnte man sagen, dass einer, dessen Vater und Großvater Tischler gewesen waren, eine Art genetische Schützenhilfe hatte. Vielleicht stimmt das ja auch, aber Bernd wollte die Tradition eigentlich unter keinen Umständen fortsetzen: „Ich habe als Kind schon immer wieder einmal in der Werkstatt ein bisschen mitgeholfen, habe aber den Holzstaub nicht gewollt und früh

gesagt, dass das später einmal sicher nicht meine Arbeit wird.“

Also erlernte er den Beruf des Elektrikers, aber durch die Arbeit an besagtem Weinständer holte ihn das Holz wie mit einem Lasso zurück in die Familientradition. Denn dieses gute Stück erregte bei den Gästen im Hause Hamal Aufsehen, und alle wollten wissen, wo er das erstanden habe. Als er das Geheimnis lüftete, trudelten auch schon die ersten Bestellungen ein, und es dauerte nicht lange, da meldete Bernd ein Gewerbe und seine Weinständer aus Fassdauben zum Patent an. Tischler wurde er ja trotzdem nicht, auch wenn er jetzt seit zehn Jahren mit Holz arbeitet. Er bezeichnet sich selbst als „Daubenkünstler“, und das nicht zu Unrecht.

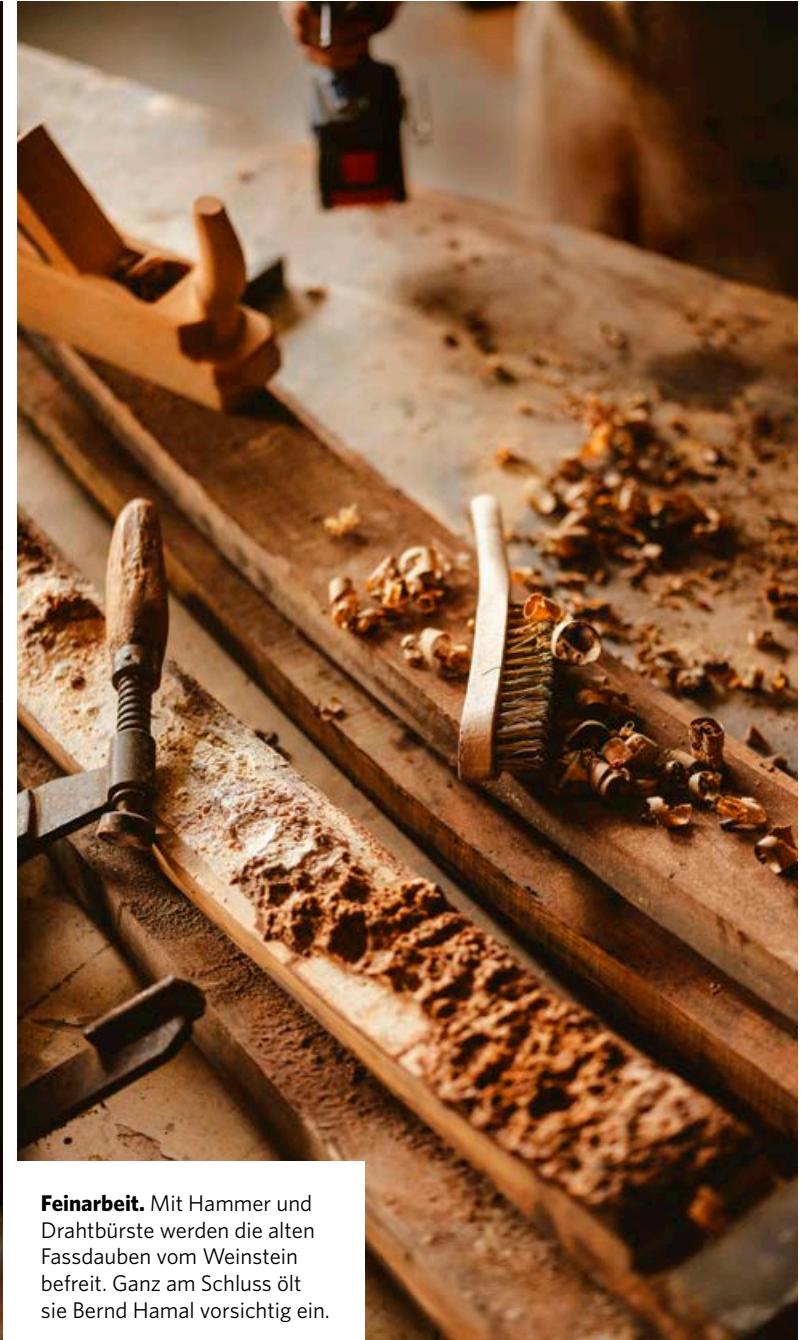
### DAUBENUHR UND SANDKISTE

Waren es am Anfang tatsächlich nur Wein- und Kerzenständer für Freunde und Bekannte, wuchs das Sortiment im selben Ausmaß wie die Begeisterung des Weinviertlers für seine neue Tätigkeit in der Tischlerwerkstatt, die nun zu einem Daubenschlag geworden war. Uhren, Lampen, Gartenmöbel, Barhocker, ja sogar ein Rednerpult und eine Sandkiste entstanden inzwischen aus alten Weinfässern, und Bernd Hamal sagt heute im Brustton der Überzeugung: „Ich glaube, man könnte alles aus Fassdauben machen.“

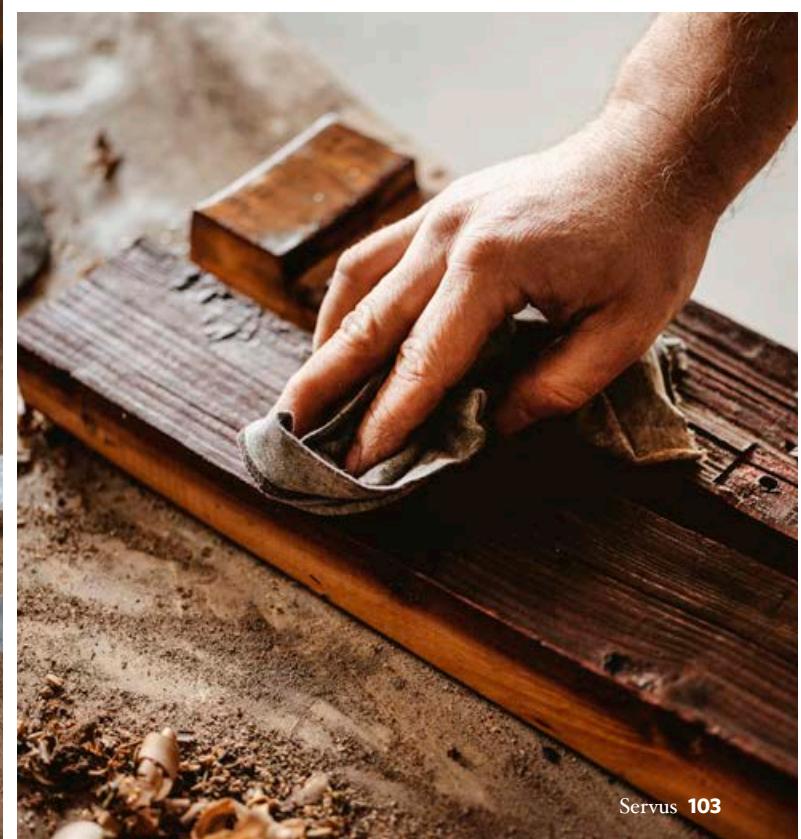
Ausgestattet dafür wäre er allemal, denn in seinem Lager warten mittlerweile knapp 250 zerlegte Fässer darauf, dass sie Bernd bei seiner „Gratwanderung zwischen Kunst und Gebrauchsgegenstand“ begleiten dürfen. Aber es geht hier nicht nur um Aufträge und Material; die alten Fässer haben den Daubenkünstler auch anderweitig in ihren Bann gezogen. Er klopft und bürstet den Weinstein von den alten Dauben und ➤

**Knochenarbeit.** Ein Fass zu zerlegen ist nicht so einfach, wie es aussieht, sondern harte Arbeit. Bernd Hamal hat das schon hunderte Male getan.





**Feinarbeit.** Mit Hammer und Drahtbürste werden die alten Fassdauben vom Weinstein befreit. Ganz am Schluss ölt sie Bernd Hamal vorsichtig ein.





**Schlussarbeit.** Nachdem es gehobelt, gefräst, geölt und zusammenggebaut ist, wird das fertige Stück als „Original Weindaube“ markiert.

sinniert: „Ein altes Weinfass bringt das Wissen und die Liebe unserer Vorfahren und ihrer Hände Arbeit zum Vorschein.“ Charisma habe so ein altes Fass, sagt er, und spätestens da wird klar, dass den Künstler und sein Rohmaterial weit mehr verbindet als eine bloße Arbeitsbeziehung.

Nur bei Großaufträgen wird die Sache pragmatischer, denn da bleibt keine Zeit für zärtliche Gedanken. Gleich 300 Brotzeitbretter bestellte ein Lokal aus der Umgebung einmal bei ihm, und da wurlte es dann im Daubenschlag, weil nicht nur Ehefrau Elisabeth und Sohn Leon, sondern auch die Großeltern mithalfen, um termingerecht liefern zu können. Aber das sind die Ausnahmen, und anders möchte es Bernd auch nicht haben. Denn am wichtigsten ist ihm, dass er diese Arbeit mit Freude machen kann. Deshalb hat er sich trotz des großen Erfolgs entschieden, seinen Beruf nicht

aufzugeben und quasi als Feierabend-Profi an den Fässern zu arbeiten.

#### JEDES STÜCK EIN UNIKAT

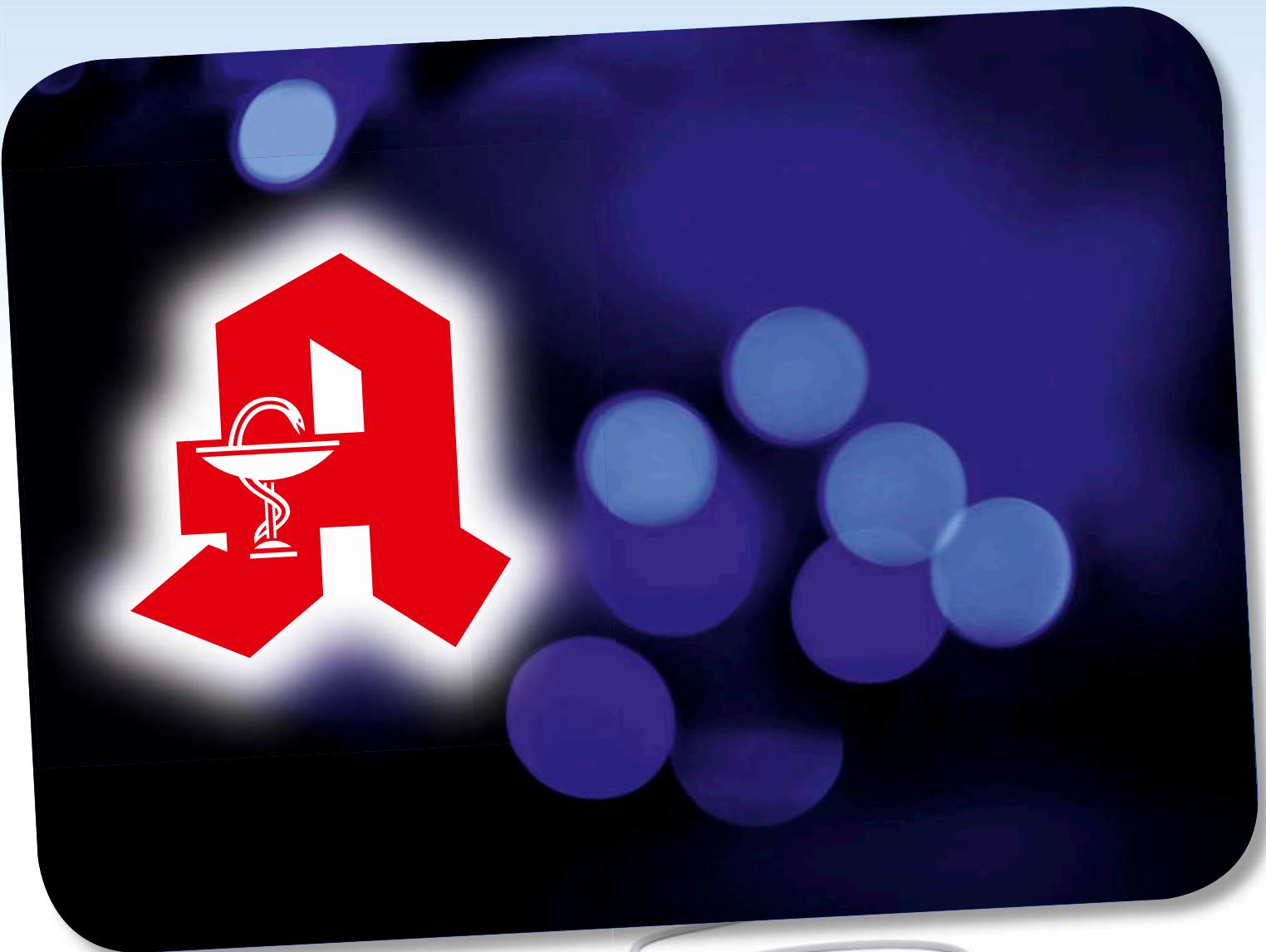
Das bestätigt auch das freudige Funkeln in seinen Augen, wenn er erzählt, was er schon alles gefertigt hat. Vieles davon wurde als Idee von Kunden eingebracht, und sein Motto lautet dann stets: „Schauen wir mal, ob das funktioniert.“ Hat es bis jetzt auch immer, und den unerfüllbaren Wunsch hat es bislang noch nicht gegeben. Bernd Hamal ist ein kreativer Geist, und wohl deshalb fasziniert ihn auch das Eigenleben seines Rohmaterials so sehr: „Jede Daube ist anders, es gibt keine geraden Kanten, und jede hat einen anderen Punkt, an dem man ansetzen muss. Da braucht es schon Erfahrung, um dorthin zu kommen, wo man hinwill.“ Die hat er inzwischen, und auch der anfangs sehr skeptische Tischler-

vater ist mittlerweile überzeugt von dem, was der Sohn tut: „Als ich begann, meinte er, das sei ein Blödsinn und kein Mensch würde so etwas kaufen.“

Nun: Inzwischen kaufen Menschen nicht nur im deutschsprachigen Raum, sondern bis in die USA und Australien die Kunst aus dem niederösterreichischen Weinviertel. Was mit einem Weinständer in der Region begann, wurde in jeder Hinsicht grenzenlos. Sogar ein Hund nascht inzwischen aus einem Futternapf, der in der Werkstatt entstanden ist. Ob das liebe Vieh seine erste Mahlzeit aus dem neuen Gefäß mit einem freudigen „Wau!“ quittiert hat, ist allerdings nicht überliefert.

---

\* **Bernd Hamal:** Ruinenblick 7, A-2134 Enzersdorf, Tel.: +43/650/303 77 27 oder +43/664/549 16 40, original-weindaube.at  
Erhältlich über servusmarktplatz.com



# Apothekennotdienst? **aponet.de** weiß wo!

aponet.de ist das Gesundheitsportal Ihrer Apothekerinnen und Apotheker. Dort finden Sie verlässliche Informationen und kompetenten Rat zu Gesundheit und Wohlbefinden. Zum Beispiel den **Apothekenfinder**, der Ihnen den Weg zur nächsten Notdienst-Apotheke weist.

[www.aponet.de](http://www.aponet.de)

**aponet.de**

Offizielles Gesundheitsportal der  
deutschen ApothekerInnen



# ANNA UND DIE LIEBE ZUR ALM

Dass eine 22-Jährige einen Acht-Stunden-Tag gegen einen 15-stündigen tauscht, ist selten. Aber Anna Brandners Herz wollte nur eines: rauf auf den Berg und Sennerin sein. Das bescherte ihr harte Arbeit – und große Glücksgefühle.

TEXT: TRISTAN BERGER FOTOS: SEBASTIAN GABRIEL





**Alpen-Paradies.** Herrlicher Blick auf die Königstalalm, idyllisch in den Berchtesgadener Alpen gelegen.  
Die beiden Almhütten stehen schon seit Jahrhunderten hier heroben, die linke heißt „Stangerkaser“,  
im „Stockerkaser“ (rechts) macht Sennerin Anna Brandner den Sommer über Käse und Butter.

**Frühstück.** In aller Herrgottsfrüh, wenn die Bäume noch lange Schatten werfen, treibt Anna ihre Kühe ins „G'schirr“. So heißt das kleine Hochtal, das vom Reinersberg (links) und dem in Salzburg liegenden Windschartenkopf bewacht wird.





**Muskeln.** Sobald die Kühe wieder auf der „Woad“ grasen, muss Anna den Mist aus dem Stall schwemmen. Dafür schleppt sie einen gut zehn Kilo schweren Kübel Wasser nach dem anderen vom Brunnentrog herbei.

Riiing! Riiing! Raus aus den Federn! Zeit zum Aufstehen!, riiing!  
Jäh aus dem Schlaf gerissen, tappt Anna Brandner nach dem Wecker, es ist halb sechs in der Früh, schlaftrunken beendet sie das Geklingel, endlich ist Ruh'. Nun ja, nicht ganz, von draußen dringt ein unaufgeregtes Bimmeln an Annas Ohr, langsam kommt es näher, keine Minute länger darf die 22-Jährige im warmen Bett verweilen.

Denn Anna ist Sennerin auf der Königsalalm, idyllisch gelegen auf 1.525 Meter Seehöhe im Nationalpark Berchtesgaden. Gerade trotten 22 Stück Vieh – zehn Mutter-, zwölf Jungtiere – von ihrer nächtlichen Weide zum Kaser. Die Kühe haben eine innere Uhr, die sagt ihnen: Jetzt ist Melkzeit, also ist auch für die Anna Zeit, aufzustehen. Aber der jungen Frau muss man das nicht zweimal sagen, sie weiß ohnehin, was zu

tun ist. „Ich bin da reingewachsen“, sagt sie und schlüpft schnell und ausgeschlafen in ihre Stiefel.

Der Arbeitstag wird ein langer werden, denn ein Almsommertag auf der „Kinigsdor“ verlangt von der Sennerin, „dass d' den ganzen Tag am Doa bist“. Nur selten hat Anna Zeit, das gigantische Panorama – da der Windschartenkopf (2.211 Meter), drüben der Reinersberg (2.171 Meter), daneben die Rothspielscheibe (1.940 Meter) – anzuschauen, noch seltener, selbst hinaufzusteigen. Erst gegen acht Uhr ist Feierabend, viereinhalb Monate lang, egal ob Sonn-, ob Feiertag und werktags sowieso.

Denn die Milch, die Anna mit einer kleinen elektrischen Melkmaschine gewinnt – zum Sommeranfang noch 120 Liter, am Ende des Almsommers weniger – muss taggleich verarbeitet werden: zu Butter und zu

Käse, und das alles von nichts anderem als den zwei schlanken Händen der Sennerin.

„Braunei, geh zuawa, brav, Glickei, jetzt geh her da“ – jede Kuh wird mit heller Stimme begrüßt, und es versteht sich von selbst, dass Anna einer jeden Namen kennt. Von ganz alleine stellen sich die Tiere an ihren Platz, nur das Rosei hat's wieder einmal ein bissel gnädig, Anna muss sie extra rufen, fast klingt es, als sängt sie: „Rosei! Rooosei!“

„Sie frisst halt so gern“, erklärt Kuh-Mama Anna das Dahertritscheln vom Rosei verständnisvoll. „Alle san sie so liab“, seufzt sie selig und dass sie sich kaum was Schöneres vorstellen könne als die Arbeit mit den Viechern in der freien Natur.

Dafür hat sie sogar ihren Acht-Stunden-Tag im Büro mit dem 15-stündigen auf der Alm eingetauscht. „Im Büro“, sagt sie,



**Viel Arbeit.** Als Sennerin, sagt Anna, „bist den ganzen Tag am Doa“, das war bei Uroma Rosalia anno 1978 auch nicht anders. Den Luxus des Zuschauens kann sich nur Kater Mohrle leisten.

„hab i schiaga a Depression kriagt, es hat direkt weh do“, und dass ihr die Arbeitskollegen zum Trost eine Pappendeckelkuh um den Computerbildschirm gebaut hätten, „es hat aber auch nix g'nutzt“. Immer ist ihr durch den Kopf gegangen, dass jetzt eigentlich die Zeit zum Melken wäre oder in der kleinen Zentrifuge gerade der Rahm von der Milch getrennt werden müsste.

„Ist ja auch kein Wunder“ – ein Lächeln umspielt Annas Lippen –, schon mit fünf war sie mit der Mama den ersten Sommer auf der Alm. „Das hat mich geprägt.“

Und jetzt, während besagte Zentrifuge läuft, reinigt Anna schon die ersten Gerätschaften ihrer frühmorgendlichen Arbeit: das Melkzeug, die Eimer, sie rennt wiesel-flink ins Stüberl, in die Speis, in den Stall. „Unsre Kiah“ – robuste Pinzgauer, alle aus eigener Aufzucht – „ham noch die alten

Namen“, erzählt Anna, während sie die Tiere abhängt und mit einem liebevollen Klaps ermuntert, zurück und hinter der Glockenkuh her auf die „Woad“ zu traben. Die Tiere heißen nicht Susi oder Leni, wie neuerdings üblich. Sondern Sengei (von segnen), Godauner (Gottvertrauen) oder Glickei (Glück auf der Alm), natürlich hat der Bauer ihnen die Hörner gelassen, und jede Kuh, weiß Anna, hat ihren eigenen Charakter.

#### KOBOLDE MÜSSEN DRAUSSEN BLEIBEN

Die „Kinigsdoi“ ist die Hochalm der Familie Brandner vom Oberwembachlehen aus der Gnotschaft Mitterbach. Von Mitte Juni bis Ende August verbringt Anna zweieinhalb Monate hier und vor und nach dem Almumtrieb je einen auf der „Wasserfoi“, das ist die Niederalm. Der Kinigsdoi-Kaser – der

Begriff leitet sich wahrscheinlich vom Lateinischen *casa* (Haus) ab, nicht vom Käse machen – steht ungefähr seit dem Jahr 1600 an seinem Platz. Senner und Sennerinnen, „Kiahbaum“ und Besucher haben sich in seinen gut und gern 400 Jahre alten Holzbalken verewigt, auch den Schriftzug „ANNA“ entdecken wir, gleich neben der Tür zur Speis.

Und weil in den Bergen oft auch übel-wollende Alpgeister unterwegs sind, mitunter der Gottseibeins höchstselbst, finden wir im Holz der Eingangstür einen einge-arbeiteten Handabdruck; er soll den bösen Kobolden und Bergdämonen den Zutritt verwehren.

Ruck, zuck sind anderthalb Stunden vergangen, und Anna ist um sieben Uhr in der Früh schon mehr gelaufen und hat mehr Gewicht gestemmt als so mancher Büromensch in der halben Woche. Aber ➤

A photograph of a young woman with a red bandana and a black t-shirt standing in a lush green mountain pasture. She is surrounded by several brown and white cows. In the background, there's a rustic wooden building and a rocky mountain slope.

**Kuh-Glück.** Braunei, Glickei und Sengei: Anna kennt jede Kuh mit Namen. Etwas Schöneres als die Arbeit mit den Viechern in der freien Natur kann sie sich kaum vorstellen.

**Tagespflege.** Damit der Käse nicht trocken wird und aufbricht, schmiert Anna die 2½ Kilo schweren Laibe täglich mit Salzlake ein; einmal aufgebrochen, könnten sie nicht mehr weiterreifen. Und weil gerade Sonntag ist, hat sie das Stallgewand gegen ein schmuckes Dirndl getauscht.





**An Guadn!** Das Kasbrett mit Schnittkas, „Ei'glegtem“ und Schüsselkas lässt einem das Wasser im Mund zusammenlaufen. In kaltes Wasser gelegt, ist die Butter über Nacht hart geworden, nun kann Anna Laibe formen (oben). Nach getaner Arbeit spielt Anna auf der Harfe.

irgendwann muss der Mensch auch was essen, was trinken, beim Frühstücken kann Anna ein bissel durchschnaufen, und wir können sie endlich genauer vorstellen.

#### VON DER GROSSMUTTER GELERNT

Annas feingeschnittenem Gesicht sieht man gleich an, dass es weit häufiger lacht als traurig schaut. Ihre Zöpfe sind zu einem Knoten am Hinterkopf gebunden, und weil Sonntag ist, tauscht sie jetzt – „des is' bei uns normal“ – das Stallwand gegen ein hübsches Dirndl.

Sennerin sein bedeutet für Anna aber nicht nur viel, sondern oft genug auch schwere Arbeit. Vorhin hat sie einen Kübel Wasser nach dem anderen vom Brunnen-trog herbeigeschleppt, jeder leicht zehn Kilo schwer, um den Mist aus dem Stall zu schwemmen. Denn ins Almstüberl kommt

man nur über den Stall, da möchte bitte schön kein Dreck an den Schuhen kleben.

„Ich kann aber auch nicht immer lachen“, gesteht uns Anna. „Wenn der Strom ausfällt. Oder mit den Viechern was is'. Man ist ang'hängt, das ist manchmal fad. Aber ich bin mein eigener Herr. Überhaupt hat auf der Alm die Sennerin das Sagen und nicht der Bauer.“

Genug geratscht, jetzt geht's ans Buttermachen. Dazu gießt Anna den Rahm in den „Riarlkiewe“; das 20 Jahre alte Butterfass hat eine Art elektrischen Außenbordmotor, mit dessen Hilfe nicht nur der Rahm zu Butter gerührt, sondern auch und vor allem die Buttermilch ausgewaschen wird.

„Probierts amo!“, sagt Anna und stellt uns ein Glas mit frischer Buttermilch hin, „so was kriagt ma nirgends zum Kaufn.“ Und während wir uns am süßen, unser

ganzen Leben so noch nie erschmeckten Aroma gütlich tun, erzählt Anna, dass sie das Buttern und Kasen vom „Ahrei“ – so sagen die Berchtesgadener zur Großmutter – gelernt hat. Dass es, zum Beispiel, wichtig ist, das ganze Wasser aus der Butter „auszuschlagen“. Und dass man die Butter nachts in kaltem Wasser hart werden lassen muss, ehe am nächsten Morgen einer der alten Holzstempel sanft in die fertigen Butterstücke gedrückt werden kann.

Die Butter ist überwiegend für den eigenen Gebrauch von Annas Familie bestimmt und reicht oft das ganze Jahr über.

„Gewinn machma praktisch keinen“, sagt Anna, es gehe um die Tradition. „Mir kanntn des ned aufgebn. Der Ährei, mei Opa, hod so viel eingesteckt.“

„Jetzt geht's ans Kasmachen“, sagt Anna voll Tatendrang. Schüsselkas aus Mager- ➤



**Feuerstelle.** Es knackt wohlig, wenn in der Früh der Kachelofen angeheizt wird.  
Dieses Mal entzündet Schwester Sophie, die gerade Ferien hat, den Ofen – nicht, um die Stube zu wärmen, sondern damit der Schüsselkas reifen kann.

milch ist angesagt, eine einfache Art der Käsezubereitung, jahrhundertlang auf den Almen verbreitet, als man noch keinen Zugang zu Lab hatte.

Dazu hat sie heute früh, gleich nach dem Aufstehen, den Holzofen angeheizt, der jetzt gemütlich kracht und knackt. Nein, nicht, damit die Stube warm wird – warm wird der Anna vom Arbeiten –, sondern weil es zur Zubereitung von Schüsselkas Wärme braucht. Zwar stockt die Milch durch die Mikroflora der Almhütte ganz von allein. „Aber wenn's warm is, geht's schneller“, freut sich Anna.

Sobald die Milch eingedickt ist, muss Anna die topfenähnliche Masse, den „Schotten“, abschöpfen und würzen. Durch Umrühren entwickelt der anfangs trockene, weiße und geschmacksneutrale Käse täglich Farbe und Geschmack.

Nach dem abendlichen Melken stellt Anna Tilsiter her und lagert die Laibe in einem extra Kaskeller, wo sie einen herrlich würzigen Duft verströmen. Ein Laib wiegt 2½ Kilo und muss jeden Tag mit Salzlake eingerieben werden; „das ist mein Hantel-training“, sagt Anna lachend. Je reifer ein Käselaib ist, umso gelber und glatter wird er, und weil es Handarbeit ist von Annas Händen, ist jeder ein bissel anders.

#### GERN ALLEIN

„Dabei“, lacht Anna, „mag ich gar keinen Kas, am liebsten ess ich ein Marmeladebrot.“ Die Einheimischen wissen das, schmunzelt sie, und so bringen sie ihr manchmal ein Glas selbst gemachter Marmelade vorbei. „Ich bin halt eine Süße“, sagt sie mit einem schelmischen Lächeln. Oft ist Anna den ganzen Tag allein auf der Alm, „aber des

macht mir nix aus, i bin ja ned einsam.“ Hie und da besucht sie ihr Freund, oder Schwester Sophie, 13, hilft mit, wenn sie Ferien hat. Auch Bergsteiger und Wanderer, hauptsächlich Einheimische, nehmen gerne den Weg hierher und stärken sich bei einem Kas- oder Speckbrot. „Aber am besten is, wenn's schütt, dann stört mi koana bei da Oabeit.“

„Mir geht eigentlich nix ab“, sinniert Anna, „a Musi hab i aa.“ Ihre Harfe hat Papa Michael mit dem Jeep raugebracht, „auf d' Nacht spiel ich dann für mich.“

Ende August geht der Almsommer langsam zu Ende. „War eine anstrengende Zeit“, resümiert Anna. „Aber wennst runtergehst und keiner Kuh is was passiert, bist zufrieden. Und es packt einen die Wehmut, dass vorbei is. Aber i gfrei mi auf die Leut. Und aufs Ausschlafen.“

Wandern, Wellness, Wohlfühlen im 4\*Wellnesshotel in Neukirchen bei St. Englmar



**ErlebnisPlus Card**  
mit vielen  
Sehenswürdigkeiten  
und Attraktionen  
der Umgebung  
für Sie  
inklusive!

Elisabeth Lerndorfer  
betreut Sie persönlich!

**Klein, fein, individuell & persönlich  
... so ist's bei uns in der Bayerwald Residenz...**

...Aufatmen in der Natur – wir, das möchten Ihrem Alltag neue Perspektiven aufzeigen  
...Wanderungen in alle Richtungen direkt ab Hotel mit den besten Wandertipps der Chefin für Sie...  
...viele Sehenswürdigkeiten der Umgebung...  
...E-Bike-Verleih...

#### SPAR-AKTION – JETZT BUCHEN!

#### 3 WOHLFÜHLTAGE

3 ÜN inkl. Frühstück  
4-Gang-Wahlmenu am Abend  
1x Kaffee & Kuchen am Nachmittag  
Leih-Bademantel, -Saunatuch und Frotteeschuhe  
Täglich freie Nutzung des Wellnessbereiches  
1x Ganzkörper Hydro-Jet Massage 25 Min.  
Massage- und Beautyanwendungen zubuchbar

#### 3 Nächte p. P. im DZ ab 219,- €

bei Anreise Do. od. Fr. (außer gesetzliche Feiertage)  
Alle anderen Anreisetage 249,- € p.P. im DZ

#### WALDWIPFELWEG & E-BIKE TESTEN!

#### RESIDENZ-SPEZIAL

5x Übernachtung mit Halbpension  
1x Aldersbacher Weißbier zur Begrüßung  
1x 1 Tag E-Bike mit Einweisung, Helm und Karte  
1x Kaffee & Kuchen am Nachmittag  
Freie Nutzung des Wellness- und Fitnessbereiches  
1x Ganzkörper Hydro-Jet Massage 25 Min.  
Leih-Bademantel, -Saunatuch und Frotteeschuhe  
**p. P. im DZ ab 369,- € / statt 475,- €**  
buchbar von So. bis Fr.



Hotel Bayerwald-Residenz GmbH • Hubert Steinbauer  
Bayerwaldstraße 2 a • 94362 Neukirchen  
Tel. 09961 / 942940 • [info@hotel-bayerwaldresidenz.de](mailto:info@hotel-bayerwaldresidenz.de)  
[www.hotel-bayerwaldresidenz.de](http://www.hotel-bayerwaldresidenz.de)

Tagespreis  
p. P. im DZ  
inkl. Frühstück  
ab 70,- €



**Hoch droben.** Mit der Neuburg im Blick wanderte Alfred Kubin von seinem Schloss hinab nach Wernstein. Im Haus ist heute noch alles so, wie es der Meister zurückgelassen hat. Im Schlafzimmer hängt sein kariertes Kalmuck-Janker, auf dem Schreibtisch liegt sein Käppi.



AUF DEN SPUREN VON  
*Alfred Kubin (1877–1959)*



# DER MAGIER VON ZWICKLEDT

Alfred Kubin, der große Zeichner und Illustrator, war zeit seines Lebens ein Getriebener. Ruhe fand er in seinem Haus in Zwickledt, hoch über dem Inn nahe der bayerischen Grenze. Dort kann man ihm heute noch begegnen.

TEXT: SILVIA PFAFFENWIMMER FOTOS: BERNHARD HUBER

**E**s ist Herbst geworden. Weiter unten, am Inn, drückt sich schon der Nebel herum. Eine kleine Weile noch, dann wird er heraufkriechen nach Zwickledt, wird sich über die bunt belaubten Bäume legen und alles mit seiner Gleichmacherei überziehen. Alfred Kubin kümmert das nicht. In Kalmuck und Kniebundhosen unter seinem abgewetzten schwarzen Mantel nimmt er den schottrigen Weg hinab nach Wernstein. Noch weiß er nicht, ob er es schaffen wird. Seine Kräfte lassen nach, er spürt es ganz deutlich.

Seit fünf Jahrzehnten lebt er hier. Seine Kindheit in Zell am See, die wilden Jahre in München, die Künstlerfreundschaften, die vielen Gäste, die im Sommer das Haus bevölkerten – alles weit weg, alles vergangen. So wie seine geliebte Hedwig; auch ihr Tod ist jetzt bereits sieben Jahre her. Wenn

er an seinem Arbeitstisch sitzt – das Fenster geht nach Norden, perfektes Zeichenlicht –, kommt ihm das alles manchmal ganz unwirklich vor. Und er erinnert sich ...

## CHRONIST DES DÜSTEREN

Wer heute den Wohnsitz des großen Zeichners, Illustrators und Schreibers Alfred Kubin besucht, fühlt sich zurückversetzt. Nahezu alles im „Kubinschlössl“ wirkt so, als habe der Meister nur eben kurz die Tuschefeder aus der Hand gelegt, um an die frische Luft zu gehen.

Nach Alfred Kubins Tod im Jahr 1959 fiel das Haus dem Land Oberösterreich zu, das darin ein Museum einrichtete. Hier kann man ihm gut nachspüren, dem Chronisten des Düsteren, dem man so gar nicht zutraut, auch einmal fröhlich und unbeschwert gewesen zu sein.

1906, kurz vor seinem 30. Geburtstag, waren Alfred Kubin und seine Frau von der Großstadt München in das kleine Dorf Wernstein nahe Schärding gekommen. Kubins Vater hatte den heruntergekommenen Freisitz Zwickledt hoch über dem Ort für seinen Sohn und seine Schwiegertochter aufgetan.

Hedwig Kubin – hochgebildet, mehrsprachig und vermögend – gab ihrem mit Depressionen und Selbstzweifeln kämpfenden Mann Halt. *Denk' dir, ich liebe die feenhafteste aller Witwen und heirate in drei Wochen*, schrieb der Zeichner vor der Hochzeit im Jahr 1904 einem Freund nach Berlin.

Für die Kubins brach in Wernstein ein neues Leben an. In München, wo Alfred an der Kunstakademie studiert hatte, bewegte man sich in der Boheme, machte die Nacht zum Tag, gab wenig auf Konvention. ➤



**Das Schlossl.** Einst Freisitz, später Wohnhaus von Alfred Kubin, heute Museum des Landes Oberösterreich:  
Das Kubinschlössl in Zwickledt ist ein verwunschener Ort voller Erinnerungen.

Im ländlichen Wernstein ging man es ruhiger an. Das Paar hielt sich eine kleine Menagerie – Katzen, mutterlose Rehe, ein Äffchen, Tauben, ja selbst Schlangen und der Holzwurm im morschen Gebälk wurden geduldet und geliebt. Für den Fast-Vegetarier Alfred Kubin baute Haushälterin Cilli im Garten Gemüse an. *Können Sie einen Apfelstrudel backen? Ein Schweinchen füttern?*, soll er sie beim Einstellungsgespräch gefragt haben. Cäcilia Lindinger bejahte und wurde dem Zeichner eine wichtige Stütze.

Freilich wurden die Zugezogenen im Ort auch misstrauisch beäugt. Nie sah man sie arbeiten, illustre Gäste nahmen den Weg vom Bahnhof hinauf nach Zwickledt. Die Dame des Hauses sprach hochdeutsch, und auch der Herr – ein Künstler, wie man sich erzählte – wirkte ein wenig wunderlich aufs Landvolk. Niemals kam man ihm beim

Grüßen zuvor, immer war er der Erste, der den Hut zog. Selbst vor den Kindern des Dorfes, an die er Zuckerl aus seinen Manteltaschen verteilte – wenn sie nicht vorher Reißaus vor ihm nahmen.

Was die Leute nicht sahen: Alfred Kubin war ein besessener Arbeiter. Im Laufe seines Lebens illustrierte er 270 Bücher – unter anderem Werke von Edgar Allan Poe und Fjodor Dostojewski – und schrieb einen Roman („Die andere Seite“, 1908). Er hinterließ 24.000 Blätter mit Tuschezeichnungen und Lithografien. Noch heute kann man im Kubinschlössl das Arbeitszimmer des Meisters besichtigen und einen Blick in die 5.500 Bücher fassende Bibliothek werfen – ihr Besitzer soll sie alle gelesen haben.

Gelegentlich unternahm Alfred Kubin ausgedehnte Reisen mit dem Zug, um Künstlerkollegen und Freunde zu besuchen.

Ein Auto zu fahren wäre ihm nie in den Sinn gekommen, schon das Mitfahren ängstigte ihn. Die Industriellenfamilie Kapsreiter aus dem nahen Schärding, die regelmäßig Werke von Kubin kaufte, schickte ihm dann und wann einen Wagen, der ihn in die Stadt brachte. Angekündigt wurde die Fahrt per Telefonat an die benachbarte Ziegelei; nur so war Alfred Kubin zu erreichen. Von der Ziegelfabrik stehen heute nur noch die Grundmauern.

#### KARTENSPIELEN BEIM BAUERN

Anderes hat sich erhalten: etwa das Haus der Näherin Maria Süß, die Alfred Kubin seine weiten Kniebundhosen auf den Leib schneiderte. Das Haus des Tischlers, für den es im maroden Freisitz immer etwas zu tun gab. Oder jener Bauernhof, den der Meister gern zum Kartenspielen besuchte. ➤



**Das Arbeitszimmer des Meisters.**  
Hier empfing Alfred Kubin Gäste,  
darunter viele Damen, die sich von  
ihm porträtieren ließen. In späteren  
Jahren, als er nur mehr wenig  
zeichnete, ließ er mitunter alte  
Arbeiten auf dem Tisch liegen,  
um nicht als müßig zu gelten.



**Aus der Norm.** „Untersee“ nannte Alfred Kubin dieses Bild mit einer für ihn eher untypischen Farbigkeit. Es hängt – wie viele andere Werke – im Kubinschlössl.

In der Bibliothek (Bild unten) verbrachten die Kubins ihre Abende.



Denn anders als oft dargestellt, war Alfred Kubin durchaus ein geselliger Mensch – einer, der zwar die Einsamkeit suchte, aber doch nicht ohne Menschen sein konnte.

Die exzessiven Jahre in München hatten ihren Tribut gefordert: Hedwig und Alfred litten beide an den Spätfolgen der Syphilis und konnten keine Kinder bekommen. Hedwig musste immer wieder für längere Zeit ins Krankenhaus. Sie wusste von den Amouren ihres Mannes, auch von dessen starker Zuneigung zur 16 Jahre jüngeren Emmy Haesele. Die mütterliche Hedwig trug es mit Fassung, stellte ihrem Mann aber letztlich doch ein Ultimatum: sie oder ich. Die Freundin musste gehen.

*Er war kein Mensch der Mitte, er hat immer am Rande gelebt,* sagte Alfred Kubins Hausarzt Alois Beham über den Künstler. Der Mediziner pflegte den oft von Ängsten und schlimmen Träumen heimgesuchten Zeichner und wurde sein Freund. Behams Sohn Peter hat in seinem Elternhaus in Wernstein eine kleine Galerie eingerichtet, in der er neben zeitgenössischen Werken auch Arbeiten von seinem Vater und von Alfred Kubin zeigt. Der Meister selbst hatte Alois Beham zum Zeichnen ermuntert.

#### ALLEIN MIT HAUSHÄLTERIN CILLI

Schräg gegenüber der Galerie, auf der bayrischen Seite des Inns, thront die Neuburg, eine mächtige Anlage, die einmal ein Künstler-Erholungsheim war. Mit der Seilfähre setzte Alfred Kubin über, um dort Freunde zu besuchen und sich auszutauschen, wenn ihm die Welt rund um sein Kubinschlössl zu eng wurde. Mit zunehmendem Alter passierte ihm das immer seltener, daheim bei seinen Tieren und in dem üppig wuchernden Garten mit dem verwunschenen Teich fühl-



**Gute Stube.** Alfred Kubin, wie man ihn kannte: mit schwarzem Mantel, Papier und Zeichenfeder. Die Spiegel in Haus und Wohnstube (Bild) waren schon zu Lebzeiten des Meisters blind – ihn störte das nicht.

te er sich aufgehoben. *Seltsam schaut das zerbröckelnde alte Haus auf seinen Einsiedler herab – wie eine Novellengestalt von mir in erster Zeit erfunden*, schreibt Alfred Kubin 1948 nach dem Tod seiner Frau Hedwig an den Maler Hans Fronius.

Er selbst stirbt elf Jahre später, am 20. August 1959, allein mit Haushälterin Cilli in seinem Haus. Wer heute dort über knarzende Dielen hinauf in Alfred Kubins Universum steigt, kann ihn immer noch spüren, den Magier von Zwickledt.

✿ **Servus-Tipps:** Kubin-Haus (Außenstelle des Landesmuseums OÖ), Zwickledt 7, A-4783 Wernstein, Tel.: +43/7713/66 03, [oemuseen.at](http://oemuseen.at); Alfred-Kubin-Galerie, Innstraße 22, A-4783 Wernstein, Tel.: +43/676/792 62 70, [kubin-galerie.at](http://kubin-galerie.at)

## Leben und Werk

Alfred Kubin wird am 10. April 1877 als Sohn eines Landvermessers und einer Pianistin in Leitmeritz **in Böhmen** geboren. Als Alfred zwei Jahre alt ist, übersiedelt die Familie nach Salzburg, ein Jahr später nach Zell am See.

Bereits als Zehnjähriger verliert er seine Mutter, das Verhältnis zum Vater ist schwierig. Auf dessen Betreiben macht er eine **Fotografenlehre** bei seinem Onkel in Klagenfurt. Ausgestattet mit einer kleinen Erbschaft seiner Großeltern, wechselt er nach München und beginnt dort 1899 ein **Studium an der Kunstakademie**, beendet es jedoch nicht. 1904 heiratet er Hedwig Gründler, 1906 übersiedelt das Paar nach Wernstein.

Nach einer kurzen **bunten Phase** (1904/1905), in der er mit Eitempera- und Kleisterfarbe experimentiert, findet Alfred Kubin zu seiner Passion: der **Tuschezeichnung mit feinem Strich**. Seine Motive: nachdenklich, düster, manchmal auch erotisch und grotesk.

Er pflegt Briefwechsel mit den Schriftstellern Hermann Hesse, Hans Carossa und Fritz von Herzmanovsky-Orlando. Zu seinen Freunden zählen die Maler Paul Klee, Franz Marc und Wassily Kandinsky. Er ist Mitglied der Künstlervereinigung „**Der Blaue Reiter**“.

Alfred Kubin stirbt am 20. August 1959. Er ruht in einem **Ehrengrab** in Wernstein.



# Herbstzeit ist Trachtenzeit

Qualität und Handwerkskunst, mit Liebe gemacht und für Sie ausgesucht.



## Exklusive Trachtenschirme Das gewisse Extra zur Tracht

Neben dem Dirndl und der Lederhose spielen die Accessoires eine entscheidende Rolle. Ein ganz besonderer Begleiter zur Tracht ist der handgefertigte Trachtenschirm aus der doppler Manufaktur. Das Sortiment reicht vom Regenschirm mit Karo-, Streifen- oder Streublümchenmuster bis hin zu Lodenschirmen. Im Online-Konfigurator können Sie alternativ Ihr Unikat „made in Austria“ aus zahlreichen Designs, edlen Hölzern und Griffarten frei zusammenstellen. Jeder Schirm aus der doppler Manufaktur ist ein zeitloses Accessoire, das traditionelle Werte mit Mode und Nachhaltigkeit in Einklang bringt.

[doppler-manufaktur.com](http://doppler-manufaktur.com)



## Altes Familienrezept Handgemacht als Versprechen

Jetzt im Herbst gibt es wohl kaum etwas Schöneres als ein gemeinsamer Ausflug in die farbenprächtige Natur. Die Krönung der Brotzeit ist ein gutes Tröpfchen Hirschkuß:

Der feinherbe Likör aus 38 verschiedenen Kräutern und Wurzeln wird nach altem Familienrezept im Herzen von Oberbayern produziert. Wohl bekomm's!

[hirschkuess.de](http://hirschkuess.de)



## Haupt Taschen Perfekte Begleiter durchs ganze Jahr

Die Taschen von Anke Haupt bestechen durch ihr zeitloses Design und ihre hochwertige Haptik und passen sich zudem jedem Kleidungsstil perfekt an. Das rundum gute Tragegefühl ist auch der Tatsache zu verdanken, dass die Haupt Taschen aus 100 % Recycling-PET-Filz und vegan gegerbtem Leder in Österreich und Bayern gefertigt werden.

[haupt-taschen.de](http://haupt-taschen.de)

*„Der schöne Sommer ging von hinnen, der Herbst, der reiche, zog ins Land.  
Nun weben all die guten Spinnen so manches feine Festgewand.“*

Wilhelm Busch



### Heidi Strickwaren Gestrickte Lieblingsstücke

Seit zwei Generationen werden bei Heidi Strickwaren, einem Familienbetrieb mit bayerischem Ursprung, liebevoll kreierte Kollektionen auf modernsten Strickmaschinen gestrickt und in Handarbeit veredelt. Die edlen Stücke wie die Kapuzenjacke Antonia (li.) oder die Strickjacke Kitzbühel (o.) haben echtes Potenzial, Ihr neues Lieblingsstück zu werden. Erhältlich im Fachhandel sowie unter

[heidistrickwaren.com](http://heidistrickwaren.com)

### Inntaler Trachtenwelt Ein G'wand wie ein Lebensgefühl

Die Tracht braucht keinen Anlass, um getragen zu werden – jeder neue Tag ist dafür Anlass genug! Für dieses Motto steht die Inntaler Trachtenwelt: In den gemütlichen, liebevoll eingerichteten Filialen in Traunstein, Piding, Burghausen, Parsdorf, Garmisch und Kolbermoor wartet eine schier unendlich große Auswahl an Dirndl und Lederhosen in jedem Preissegment, dazu gibt es passende Teile und Accessoires für jeden Geschmack. Um für sich das Richtige zu finden, steht ein erfahrener Team aus Beraterinnen und Schneiderinnen zur Verfügung, das sich mit Leib und Seele der Tracht verschrieben hat und ein ganz bestimmtes Ziel verfolgt: Die neue Tracht muss zum Typ des Kunden passen, und dieser muss sich darin rundum wohlfühlen. Denn erst dann wird aus der Tracht ein echtes Lebensgefühl.

[inntaler-trachtenwelt.de](http://inntaler-trachtenwelt.de)



# FLUSSGENUSS IN DEN WEINBERGEN

Der Weinradweg in Würtemberg führt durch eine bezaubernde Landschaft mit steilen Rebhängen. Er folgt dem Neckar, der seine friedliche Natur auf die Menschen überträgt. Wer hier lebt, ist glücklich und zufrieden.

Wer hier radelt, ebenso.

TEXT: CHRISTIAN SCHREIBER FOTOS: TOBIAS GERBER





### Weinland Württemberg

Die Strecke des  
Weinradwegs führt  
zwischen Lauffen  
und Nordheim mitten  
durch die Weinberge.





**Im Arbeitsfluss.** Stein auf Stein, so geht es bei Reinhold Reuschle vorwärts. Der Hobbywinzer bringt Trockenmauern am Wurmberg auf Vordermann. Von Hand. Es wird Jahre dauern, bis er fertig ist.

Der kleine rote Luftballon ist schneller als die Radfahrer. Der Wind treibt ihn vor sich her, über die Weinländer hinweg. Er tänzelt durch die Luft, erst fällt er, dann steigt er wieder, als wolle er den Ausblick auf die Steilhänge links und rechts des Neckars genießen. Zwischen den Rebzeilen wuseln fleißige Menschen und schneiden Trauben – die guten ins Töpfchen. Und dann zeigt einer auf den roten Ballon, dem so langsam doch die Puste ausgeht. Kurze Zeit später landet er am Fuße eines Weinberges, die Schnur, an der unten eine Karte hängt, hat sich in einem knorriegen Rebstock verfangen. Kinder laufen hin. Sie sind neugierig. Was das wohl ist? Ein Mädchen hat den Ballon auf die Reise geschickt. Sie hat ihre Adresse auf der Karte notiert und bittet darum, ihr zu schreiben, wo genau er runtergekommen sei.

Der Wind hat ihn nach Norden getrieben, nach Lauffen. Für seine Landung hat er sich eines der schönsten Fleckchen in Württemberg ausgesucht: das Weinland am Neckar.

Zwischen Heilbronn und Stuttgart, wo wir mit dem Fahrrad unterwegs sind, legt der Fluss eine Schleife um die andere hin. Von oben betrachtet, aus Ballonsicht, sieht es aus, als könne er sich nie entscheiden. Bogen links, Bogen rechts, Kurve hier, Kurve da.

#### UMWEGE ZUM GENIESSEN

Wer dort radelt, versteht, warum der Neckar das macht. Er nimmt jeden Umweg in Kauf, um nur ja keinen Rebhang zu verpassen, wo die prall gefüllten Trauben im gelb-grün-rot-braunen Herbstlaub hängen und die letzte kräftige Sonne des Jahres aufsaugen, um süßer und süßer zu werden. Der Weg, der hier die meiste Zeit dem Neckar, den Reben und Streuobstwiesen folgt, ist ein Geschenk. Flussgenuss für Weinliebhaber, für Radfahrer, für Naturfreunde. Ach was, für jeden ist etwas dabei, so schön ist es hier.

Das hat auch Florian Raff gemerkt. Der junge Mann war ebenfalls mit dem Rad am Neckar unterwegs und überwältigt von

den Weingärten und der friedlichen Stimmung, die der Fluss mit sich transportiert; und so sagte er sich: „Hier ist alles so schön romantisch, hier will ich bleiben.“ Als bald kaufte er sich einen kleinen Weingarten im Örtchen Benningen. Jetzt stapft Florian die 87 steilen, schiefen Stufen hoch, die Rebschere in der Rechten, mit der Linken stützt er sich am kleinen Mäuerchen ab, um das Gleichgewicht zu halten.

Der Weg ist schmal, die Treppe rutschig, die Butte auf seinem Rücken schwer. Florian schnippelt sich durch seinen Weingarten. Zwick, zwack, Trauben ab. Manchmal spritzt der Trollinger-Saft auf sein Hemd, auf dem ein lustiges Tupfenmuster immer weiter von der Hand Richtung Schulter wächst. Wir wissen nicht, ob ein Profi auch so gesprengt aussieht, aber man könnte es als Beleg werten, dass Florian eben Quereinsteiger ist. „Anfangs haben mich alle ausgelacht. Jetzt sind sie neidisch auf mich“, sagt Florian später bei einer Pause, als der Rote auf dem Tisch steht, er das Glas zum Mund führt ➤

**Am Ufer.** Der Fluss fließt, der Ruderer zieht durch, der Radfahrer rastet. Zeit, den Blick auf die Steilhänge zu genießen.



LINKS- ODER RECHTSHERUM?  
VON OBEN BETRACHTET WIRKT ES,  
ALS KÖNNTE SICH DER NECKAR  
NICHT ENTSCHEIDEN,  
WOHIN DIE REISE GEHT.





**Kleiner Umweg.** Bogen hier, Kurve da – das Wasser ändert öfter mal die Richtung. Doch nirgendwo ist das so schön anzuschauen wie an der Neckarschleife zwischen Hessigheim und Mundelsheim.



**Menschen am Fluss.** Anna Fink betreut das Museum in der Stiftsscheuer in Mundelsheim. Helmut Mayer bietet im Dorfladen in Kirchheim „Produkte, die lokal, bio oder beides zugleich sind“.

und das Glück hinunterschluckt. „Das war einfach eine supergute Entscheidung.“ Den Satz hören wir später noch einmal – von Reinhold Reuschle.

Wir stehen mit ihm zwischen zwei Zeilen Cabernet Franc, blicken Richtung Besigheim, sehen sogar die Baufirma, die er jahrzehntelang geleitet hat, bis er sich ebenfalls einen Weingarten kaufte. Wurmberg – Premiumlage und Problemlage. Bis zu 45 Grad steil. Hier kann man nur auf vielen kleinen Terrassen Wein anbauen, die allein dank kräftiger Mauern halten.

Reinhold hat 18 solcher Mauern, und die bröckeln leider. Was also macht ein Pensionär, der frisch in den Weinbau eingestiegen ist? Er bringt alle auf Vordermann. Eine Arbeit, die nicht Wochen oder Monate dauert, sondern Jahre. Reinhold schlepppt 20 Kilo schwere Quader quer durch seinen Weinberg und bearbeitet sie mit Hammer und Meißel. Klong, klong, klong – es riecht ein bisschen nach Schwefel, wenn er Ecken

und Kanten wegklopft. Reinhold macht das von Hand, wie es früher die Winzer taten. Er ist Perfektionist, wenn er die Steine setzt, müssen sie alle eine exakte Linie ergeben. Manchmal ist er den ganzen Tag nur damit beschäftigt, drei große Quader so zu formen, dass alle sechs Seiten seinen optischen Ansprüchen genügen. „Das war genau die richtige Entscheidung. Ich habe Zeit. Was soll ich sonst den ganzen Tag machen?“, sagt Reinhold und blickt hinab zum Neckar, an dem die Radfahrer vorbeiziehen.

#### STROM OHNE EILE

Unten auf dem Weg hört man noch leise das Klopfen von Reinhold, aber die Aufmerksamkeit gilt der bezaubernden Natur, dem Neckar, der ein ruhiger und beruhigender Strom ohne jede Eile ist. Es gibt keine rauschenden Wasserfälle, die Radfahrer aus ihrem sanften Tritt bringen könnten. Das Ufer ist dicht bewachsen, die Büsche und Bäume recken sich, um einen Ast ins

Wasser hängen zu können. Dazwischen verstecken sich kleine Ruderboote. Nur hin und wieder kommt ein Kahn vorbei, der ein paar Wellen macht und die Ruhe für wenige Sekunden durcheinanderwirbelt. Dabei ist es nicht nur die Natur, die den Radfahrer glücklich und zufrieden macht.

Auf dem Weg liegen kleine Städte und Orte, die bezaubern und betören. Besigheim etwa ist ein Gesamtkunstwerk aus Fachwerk, kunterbunten Dächern und mittelalterlichen Rundtürmen. Mundelsheim überrascht mit dem Museum in der Stiftsscheuer, wo eine liebevolle Ausstellung zum Weinbau mit alten Fässern untergebracht ist, die noch heute süßlich duftenden Rebsaft ausatmen.

Und da ist natürlich Marbach, Schillers Heimat. Sein Geburtshaus steht noch, umgeben von Kopfsteinpflastergassen, die bilderbuchmäßig die Häuserreihen trennen. In der Mittleren Holdergasse sitzen pausierende Radfahrer vor dem blauen Tor ➔



**In Steillage.** An den Hängen der Hessigheimer Felsengärten krallen sich nicht nur Riesling-Reben fest, sondern manchmal auch Kletterer, um den Ausblick zu genießen.

# GUTE ADRESSEN

Radler können selbstverständlich auch genießen. Natürlich guten Wein, dazu feinen Fisch aus dem Neckar, eine Portion Kulturgenuss – und abends ein Bett in einem komfortablen Hotel.

## ESSEN & TRINKEN

### 1. Frisch-Fisch

Fangfrisch auf den Tisch: Fisch aus dem Neckar. Auf der Karte stehen auch feine Wildgerichte.  
Fischrestaurant Seybold, Hoher Steg 20, 74348 Lauffen am Neckar, Tel.: 07133/90 05 66, seybold-fisch.de

### 2. Durst-Stopp

Kleine, feine Verpflegungsstation mit Eiern, Wurst, Äpfeln und vielem mehr, vor allem aber mit gekühlten Säften und Getränken.  
Fensterläden, Ottmarsheimer Straße 40/1 74394 Hessigheim, Tel.: 07143/8114 14, veigel-farm.de

## ERLEBEN & MITMACHEN

### 3. Wein-Spezial

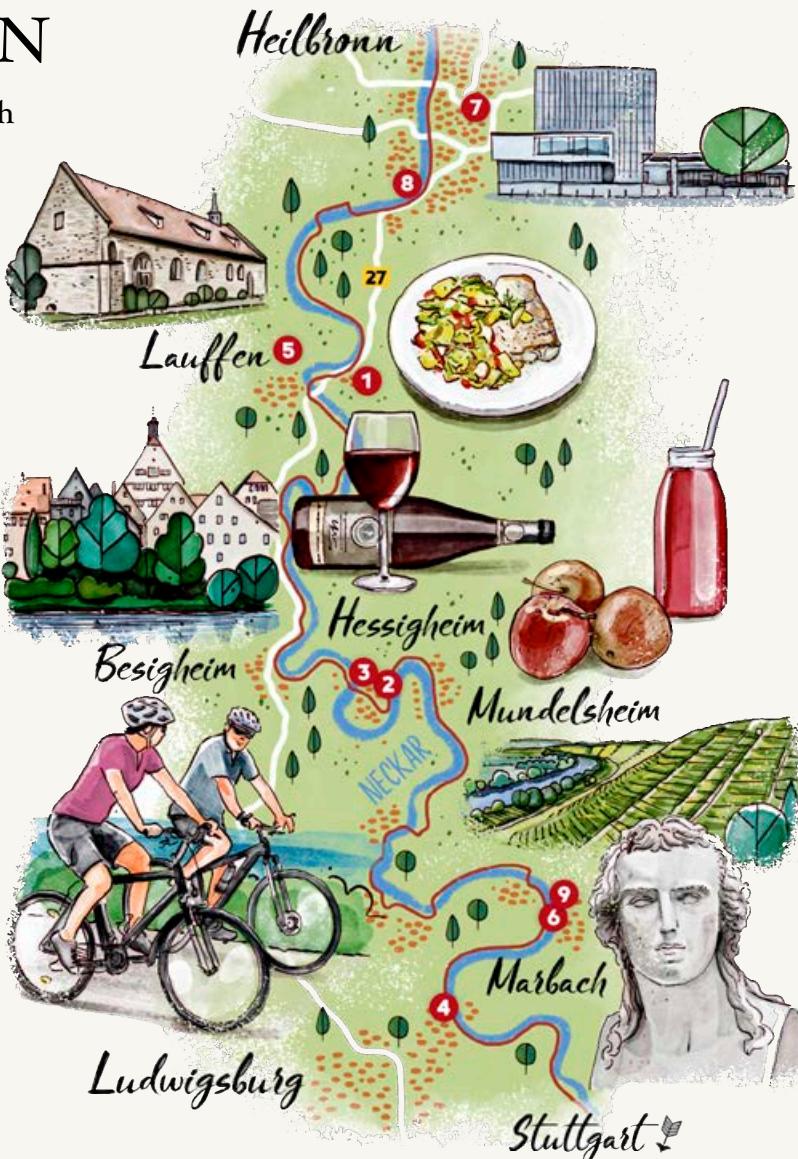
Weinsspaziergänge, Krimi-Wein-Dinner, Kanu-Wein-Touren, Weinbergsfahrten mit Planwagen oder Oldtimer, Steillagen-Weinprobe, Weinerlebnisführungen u. v. a.  
Felsengartenkellerei Besigheim, Am Felsengarten 1, 74394 Hessigheim, Tel.: 07143/816 00, felsengartenkellerei.de

### 4. Bade-Vergnügen

Großzügiges Heilbad, das sich aus einer Salzquelle (mit Jod und Brom) speist – gelegen an der alten Burg inmitten der Weinberge.  
Heilbad Hoheneck, Uferstraße 50, 71642 Ludwigsburg, Tel.: 07141/5 50 21, swlb.de/heilbad

### 5. Kultur-Genuss

Lyriker Hölderlin stammt aus Lauffen am Neckar, wo ein Museum sein Leben und seine Werke in einer interaktiven literarischen Dauerausstellung präsentiert. Zudem finden Lesungen, Konzerte, Vorträge statt.  
Museum im Klosterhof, Klosterhof 4, 74348 Lauffen am Neckar, Tel.: 07133/122 22, lauffen.de



## ÜBERNACHTEN

### 6. Aussichts-Reich

Dauerausstellung mit über 650 Exponaten zur Literatur des 18. und 19. Jahrhunderts, der Schwerpunkt liegt auf schwäbischer Dichtung. Es gibt auch eine tolle Aussichtsterrasse.

Schiller-Nationalmuseum, Schillerhöhe 8-10, 71672 Marbach am Neckar, Tel.: 07144/84 86 01, dla-marbach.de

### 7. Kunst-Freude

Ausstellungen der klassischen Moderne und zeitgenössischen Kunst. In den großzügig gestalteten, hohen Räumen mit 800 Quadratmeter Ausstellungsfläche gibt's zudem jährlich drei bis vier Sonderausstellungen.

Kunsthalle Vogelmann, Allee 28, 74072 Heilbronn, Tel.: 07131/56 44 20, museen.heilbronn.de

### 8. Weinseliger Schlaf

Besenwirtschaft mit umfangreicher Speisekarte, neuen Gästzimmern und Appartements. Alle Tropfen des Weinguts auch sind auch im offenen Ausschank erhältlich.

Weinbau Bauer, Spitzwegstraße 15/1+17, 74081 Heilbronn-Sontheim, Tel.: 07131/57 03 74, weinbau-bauer.de

### 9. Müde und satt

Historisches Gebäude mit viel Familienflair, direkt in der Fußgängerzone von Marbach. Zum Betrieb gehört eine Metzgerei, die Wurst und Fleisch vom Schwäbisch-Hällischen Landschwein und „bœuf de Hohenlohe“ anbietet.

Gasthof zum Bären, Marktstraße 21, 71672 Marbach, Tel.: 07144/54 55 baeren-marbach.de



**Einkehr.** Wer radelt, darf sich in der Besenwirtschaft auch einen Winzerteller mit Wurst und Fleisch gönnen. Kultur liegt auf der Strecke, wie etwa die Fachwerkhäuser der Mittleren Holdergasse in Marburg.

der ehemaligen Salzscheune. In einer kleinen Garage, kaum höher als ein Auto, bückt sich ein Mann unter einen Oldtimer. Neben dem Brunnen samt steinernem, von Reben umranktem Liebespaar steht ein Schild: „Lädle geöffnet“. So klingt Heimat. Rad-scheune statt Radshop, Bäcker statt Brot-fabrik, Dorfladen statt Discounter.

#### ZWIEBELKUCHEN IM DORFLADEN

In Kirchheim stoppen wir an einem solchen Dorfladen. Der süßliche Duft des Zwiebelkuchens lockt uns zur Theke, wo es auch saftige Maultaschen und frischen Traubensaft gibt, den ein Winzer an diesem Morgen vorbeigeschafft hat.

Helmut Mayer nippt an einer Tasse Kaffee und beobachtet eine Kundin, die Kartoffeln und Kürbis aus dem Regal nimmt. „Wir haben 5.000 Produkte, und alle sind lokal oder bio oder beides“, sagt Helmut, der das Geschäft vor vier Jahren zusammen mit anderen Einwohnern aus der Taufe ge-

hoben hat. Anfangs kauften dort nur die älteren Kirchheimer ein, die nicht mit dem Auto zum Supermarkt fahren wollten. „Aber jetzt kommen auch die zwischen 30 und 40. Die Leute fangen an umzudenken.“ Die junge Generation entdeckt ihre Heimat wieder, sie setzt sich für die Zukunft der Region ein, die letztlich ihre eigene ist.

Das gilt genauso für Franzi Fischer, die 26-jährige Psychologin aus Flein bei Heilbronn. Früher hat sie ihrem Großvater bei der Traubenlese geholfen, aber mittlerweile sind die Rebstöcke verpachtet. Doch Franzi geht den Weg zurück. Ihr Lebensgefährte hat einen eigenen Weinbaubetrieb, und sie selbst tourte im vergangenen Jahr als württembergische Weinprinzessin quer durch Deutschland, um Werbung für die heimischen Tropfen zu machen.

Zu Hause hat sie Winzerfeste eröffnet, Seminare geleitet, Genossenschaften besucht, neue Weine, Dörfer, Menschen und Landschaften kennengelernt. „Da habe ich

wieder gemerkt, wie schön es bei uns ist.“ Jürgen Seybold würde das sofort unterschreiben. Er ist der letzte Fischer auf dem Neckar, tuckert mit seinem kleinen weißen Boot über den Fluss.

Das erste Netz am Morgen war gut gefüllt, nun hofft er auf weiteren Fang. Unter seinen hochgekrempelten Ärmeln lugen ein paar ordentliche Muskeln hervor, die im Takt zucken, während Jürgen das 50 Meter lange Stellnetz einholt – hau ruck, hau ruck.

Jürgen macht eine kurze Pause und zeigt auf den Lauffener Krappfelsen, einen bekannten Weinberg, der bis zum Neckar herunterwächst. Im Angesicht der Sonne leuchten die Blätter der Rebstöcke in einem friedvollen dunklen Rot, das selbst gestandenen Mannsbildern einen tiefen Seufzer entlockt. „Es ist harte Arbeit, aber unsere Natur entschädigt uns für vieles.“

Das Netz ist leer, und am Krappfelsen sieht man fleißige Menschen zwischen den Rebzeilen. Es wird ein guter Wein werden.

## MÄRCHEN & SAGEN

erzählt von Michael Köhlmeier



# EINER AUS DEM NACHTVOLK

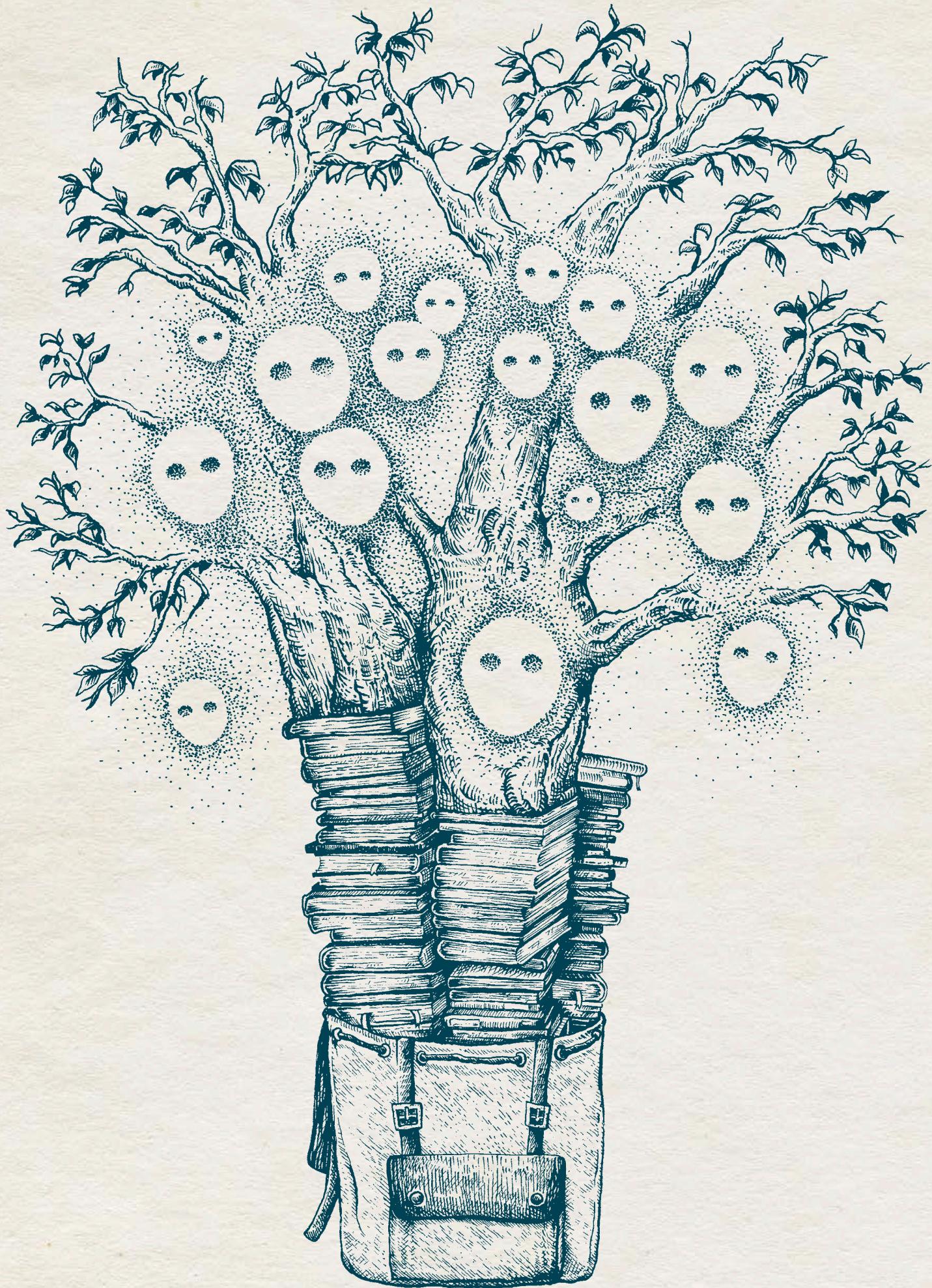
Wie es passieren kann, dass einen nächtens plötzlich die Geister besuchen und warum es nicht immer klug ist, sich mit ihnen auf ein Schwätzchen einzulassen.

**E**s kann vorkommen: Du sitzt am helllichten Tag, zum Beispiel im Sommer, an einem Sommernachmittag, in einem Straßencafé, und du bist allein, ja meistens geschieht es so, eigentlich nur, wenn du allein bist, geschieht es. Du sitzt da, liest etwas, und plötzlich hast du das Gefühl, jemand schaut dich an, jemand hinter dir, in deinem Rücken. Manchmal ist dieses Gefühl so stark, dass du dich nicht traust, dich umzudrehen. Ein anderes Mal ist das Gefühl nicht ganz so stark, da drehest du dich um, und du siehst: Tatsächlich, da sitzt einer, der schaut dich an. Wenn das am Tag passiert, ist es ein eigenartiges Gefühl, mehr aber nicht. Eine Zeitlang beschäftigt dich dieses Gefühl vielleicht noch, dann vergisst du es. Wenn das aber in der Nacht passiert, dann kann es sehr unheimlich sein. Und dann kann es passieren, dass du es nicht vergisst, lange nicht. Warum nicht? Weil du diese Empfindung immer wieder hast, weil sie immer wiederkehrt. Gleich wo, gleich wann. Sie überfällt dich wie ein Schüttelfrost.

Folgendes hat mir einer erzählt, einer mit weißen Haaren wohlgeremt, dem es so ergangen ist.

„Vor etlichen Jahren“, so erzählte er, „nachdem ich mit der Schule fertig war, ich Matura gemacht hatte, da war es Sommer, und da dachte ich mir: So. Nach all dieser Anstrengung, jetzt will ich eine Wanderung machen. Ich habe meinen Rucksack geschnürt, Proviant hineingesteckt, den Schlafsack hab ich mitgenommen, und ich wollte in den Nenzinger Himmel. Der Nenzinger Himmel, das ist ein wunderschönes Tal, nicht weit von der Stadt Bludenz in Vorarlberg. Es ist verboten, mit dem Auto in dieses Tal zu fahren, und deshalb kommt es oft vor, dass man ganz allein dort ist. Und das wollte ich. Ich habe mir gedacht, ich gehe hinein in dieses Tal, über den Tag bleibe ich dort, wenn es Abend wird, dann suche ich mir eine Hütte zum Übernachten. Und am nächsten Tag in aller Herrgottsfrühe steige ich auf den Berg, sodass ich den Sonnenaufgang sehe.“

Ja, und dann war es Abend, aber es war keine Hütte da, nämlich die Hütten, die da waren, waren alle abgesperrt. Da hab ich mir gedacht: Das spielt keine Rolle. Ich leg mich einfach unter einen Baum. Es ist wunderschön, im Nenzinger Himmel in den



—  
**UND ICH DACHTE:  
 ER IST GANZ NAH HINTER MIR.  
 ICH HABE SOGAR SEINEN ATEM  
 IN MEINEM NACKEN GESPÜRT.**  
 —

Himmel zu schauen. Kein Licht auf der Erde, die Luft ist klar, nie siehst du so viele Sterne und so deutlich. Ich hab mich also in meinem Schlafsack unter einen Baum gelegt, hab die Sterne betrachtet. Die Milchstraße, mein Gott! Milliarden Sterne! Und dann gibt es Milliarden Milchstraßen, die sind so weit fort, die siehst du gar nicht! Nein, ich bin nicht der Meinung, das macht uns klein, nein, das macht uns groß. Ich weiß nicht, warum uns die Sterne groß machen, aber sie tun es.

Und auf einmal hatte ich das Gefühl, dass hinter mir jemand ist, der mich anschaut. Da habe ich mich aufgesetzt, aber zack! Ich hab zuerst gedacht, vielleicht bin ich eingeschlafen und hab geträumt. Aber als ich so saß, hatte ich dieses Gefühl noch stärker. Und ich dachte: Er ist ganz nah hinter mir. Ich habe sogar seinen Atem in meinem Nacken gespürt.

Dann habe ich mich langsam umgedreht. Und das Entsetzen war so groß, dass es gar nicht zum Ausdruck kommen konnte. Im Gegenteil, ganz eiskalte Ruhe fiel mich an. Denn knapp vor mir, vielleicht eine Handspanne weit von mir entfernt, war ein Gesicht – ein mondweißes Gesicht. Und wo Augen waren, waren nur schwarze Löcher, sodass ich nicht richtig sehen konnte, wie mich dieses Gesicht betrachtete. Aber ich habe mir eingebildet: So mit einem gewissen Interesse, wie wir einen leblosen Gegenstand zum Beispiel betrachten, ich habe mir eingebildet, so betrachtet mich das Gesicht.

Und ich habe mir gedacht: Das kann nur, das kann nur einer, das ist einer aus dem Nachtvolk. Was denn sonst.

Weil: Diese Geschichten kannte ich, die vom Nachtvolk, und dass man dem Nachtvolk möglichst aus dem Weg gehen soll. Dass einem das Nachtvolk nichts antut, aber dass man sich nicht dort aufhalten soll, wo das Nachtvolk sich aufhält, weil sonst kann es passieren, wie die Sagen erzählen, dass man am nächsten Tag eine Axt im Rücken hat oder eine Nadel in einem Aug. Und das ist sehr unangenehm, auch wenn einem

– angeblich! – die Axt und die Nadel nicht wehtun. Angeblich soll man sie gar nicht spüren. Aber wer will schon eine Axt im Rücken oder eine Nadel im Auge, auch wenn er sie nicht spürt! Die anderen sehen es ja!

Es war nur dieses Gesicht zu sehen. Und die Konturen des Halses, der Schulter, der Arme, der Brust, die verschwammen allerdings im Schatten der Nacht. Da habe ich mir gedacht: Gut, wenn es einer vom Nachtvolk ist, dann will ich aufstehen und gehen.

Ich habe mich vorsichtig erhoben und bin langsam weg, Schleichschritt sozusagen. Aber dann war ich doch neugierig, wollte sehen, was passiert, und habe mich hinter einem Felsbrocken versteckt, hingekauert sozusagen. Ich habe mich umgedreht und habe gesehen, dieses schimmernd weiße Gesicht habe ich gesehen, es war immer noch bei dem Baum, unter dem ich gelegen hatte.

Da hat sich diese Gestalt plötzlich erhoben und hat einen gellenden Schrei ausgestoßen. Und in die Stille hinein fuhr ein Donnergrollen, ein ungeheuerer Lärm. Vom Berg herunter, es war wie eine Lawine, vom Berg herunter rollte dieser Lärm. Ich konnte nicht genau sehen, woraus er besteht. Als dann alles wieder zur Ruhe gekommen war um den Baum herum, bildete ich mir ein, es waren lauter solche Gesichter dort, weiß wie der Mond mit schwarzen Löchern darin als Augen. Wie schwache Laternen, runde Laternen waren die Gesichter. Sie haben sich gruppiert um den Baum herum – und bewegten sich nun auch. Es war, als ob sie um den Baum herumtanzten. Ein Wind kam auf, und es klang vom Baum her nach Flöten, Klarinetten und Trompeten, Pauken und Trommeln. Und dann war wieder alles ganz ruhig. Und ich sah, alle hatten ihre Gesichter zu mir gewandt. Und dann lösten sie sich auf. Alle. Bis auf eines. Und das kam näher, und ich war ganz starr. Es blieb direkt vor mir in der Luft hängen, blickte mich an. Keine Handspanne von meinem Gesicht entfernt.

Und dann, dann hab ich einen Fehler gemacht. In meiner Angst hab ich gesprochen.

Ich habe gesagt: ‚Lieber Gott, steh mir bei.‘

Da bewegten sich die Lippen in diesem weißen Gesicht, und ich sah, dass die Lippen dieselben Worte formten, ohne dass sie die Worte ausgesprochen hätten. Lautlos: ‚Lieber Gott, steh mir bei.‘

Und da habe ich weitergesprochen. Ich habe meinen Namen gesagt, und die Lippen in dem weißen Gesicht haben meinen Namen wiederholt. Und ich habe das Gesicht gefragt, was es will von mir. Das Gesicht hat meine Frage wiederholt. Und dann schließt sich ein.

So kann es einem gehen!

Am nächsten Tag dachte ich, es wäre ein Traum, bin auf den Berg hinaufgestiegen, wie ich mir vorgenommen hatte, und habe den Sonnenaufgang gesehen.

Lange Tage hat mich dieser Traum, wie ich dachte, dass es einer war, verfolgt. Immer wieder. Ich begann zu studieren, in Deutschland draußen. Und da passte es wieder, eines Nachts. Ich hatte das Gefühl, es blickt mich jemand an, hinter mir hockt er. Ich drehte mich um, und da war wieder dieser Bote, dieser Eine vom Nachtvolk. Unten an meinem Bett saß er. Hat mich angesehen, und ich hab wieder den Fehler gemacht, ich hab mit ihm gesprochen. Hab gedacht, ich mach einen Blödsinn daraus, aus dem Ganzen:

„Soll ich dir einen Witz erzählen“, sagte ich. „Es waren einmal zwei. Der eine und der andere. Und der eine hat ...“

Und der aus dem Nachtvolk hat meine Worte mit seinem mondweißen Mund nachgeformt.

Es geschah immer öfter. Eigentlich jede Nacht. Es war nicht mehr so unheimlich wie am Anfang, aber es war lästig. Ich hab mich nicht getraut, die Nacht bei meiner Geliebten zu verbringen, weil ich mir gedacht hab, vielleicht erscheint er wieder. Vielleicht sieht sie ihn, und sie erschreckt sich zu Tode, und was mach ich mit einer Leiche, man wird sie mir in die Schuhe schieben. Oder sie sieht ihn nicht, und sie denkt, ich sei verrückt, weil ich sage, ich sähe einen aus dem Nachtvolk.

Wo es zum Schloss hinaufging, stand das Institut für Völkerkunde. Ich wollte der Sache auf den Grund kommen. Ich bin dort hingegangen, in die Bibliothek, hab Bücher gewälzt, in Büchern nachgesehen. Und dann stieß ich auf eine Stelle, wo es hieß: „Es gibt Geister, mit denen soll man reden. Es gibt Geister, mit denen soll man nicht reden.“ Und es hieß dort weiter: „Es gibt Geister, wenn man mit ihnen redet, dann verlieben sie sich in einen. Dann sprechen sie einem alles

nach.“ Und es wurde genau geschildert, was ich erlebt hatte, als wäre der Autor dabei gewesen, was er aber nicht war, denn ich war allein gewesen, zuerst im Nenzinger Himmel, dann in meinem Bett.

Und es stand dort: „Es kann unter Umständen dazu führen, dass man ihn nie wieder loskriegt, den Geist. Dass er sich einem auf den Rücken hockt, dass er einen umklammert. Oder aber, dass er einen holt.“

Da dachte ich: Was soll ich tun? Wenn er sich in mich verliebt hat, dieser Geist. Um Gottes willen! Vielleicht ist es bei Geistern so wie beim Menschen. Ich will ihn ignorieren, dachte ich, ich will nicht mehr mit ihm reden, will mich nicht mehr zu ihm umdrehen. Ich will ihn leiden lassen, dass er Sehnsucht hat. Und eines Tages wird es ihm zu viel werden, und er wird sich von mir abwenden oder mich umbringen, wie es halt so ist.

Das hab ich gemacht. Lange Monate. Er kam immer wieder und schaute mich von hinten an, und dann wandte er sich von mir ab. Er ist mir nie mehr begegnet, lange Zeit nicht, lange Jahre nicht.

Und dann einmal wieder. Im Herbst. Mitten auf der Straße. Da hat er zu mir gesprochen:

„Watta-watta-witz  
Wo nur wohnt der Blitz?  
Watta-watta-maus  
Oben auf dem Haus.

Wuttu-wuttu-wann  
Mir nur g'hört der Mann.  
Wuttu-wuttu-wab  
Beiß den Kopf ihm ab.

Wutti-wutti-wo  
Lieb den Mann ich so.  
Wutti-wutti-wir  
Sprich, sprich, sprich mit mir!“

Aber ich habe nicht mehr mit ihm gesprochen. Ich habe ihn stehen lassen mitten auf der Straße. Da hat er sich in Luft aufgelöst. Und ist nicht mehr wiedergekommen.“

Ab und bauz  
Hau den Kauz!

---

\* **Das Hörbuch „Märchen & Sagen.“**  
Aufgeschrieben und erzählt von Michael Köhlmeier“  
kann um 18,90 Euro (zzgl. Versandkosten) bestellt  
werden auf [servusmarktplatz.com/sagen](http://servusmarktplatz.com/sagen)

Harald Nachförg



# WEISSE RIESE

Kannst dich noch erinnern? Waschrumpel, Klementine & Knotentest!

**N**eulich saß ich mit meiner Tochter im Kaffeehaus, als eine Frau mit Kappe und rundlichem, spitzbubenhaftem Gesicht am Tisch neben uns Platz nahm. Wahnsinn, die sieht ja aus wie die Klementine, hätte ich fast zu meiner Tochter gesagt, sparte mir aber die Bemerkung. Mit Klementine hätte sie maximal die Frucht in Verbindung gebracht, diese eigenartige Mischung aus Mandarine und Pomeranze.

Ich meinte aber natürlich *die* Klementine, die Schauspielerin Johanna König, die von 1968 bis 1984 das Waschmittel *Ariel* pries. Und als Werbefigur sogar noch berühmter war als die Dany Sigel, die wiederum den rrrrrröst-frischen Eduscho Kaffee rühmte. Aber was wissen denn die Kinder schon.

Die Klementine jedenfalls war nicht nur äußerst sympathisch, sondern auch glaubhaft. Und wenn sie in ihren Werbefilmchen (bei denen man heute übrigens in der Sekunde einschlafen würde, so hölzern und langatmig, wie sie waren) ihre Ware lobte, dann überzeugte das sogar die Oma, die sonst ein gesundes Misstrauen gegenüber der Reklame hegte. Dass zum Beispiel das Wohl der Familie nur vom Weichspüler XY abhänge, ließ sie sich nicht einreden. Selbst kummervolle Mutterblicke und Kinder, die sich über kratzige Bademäntel beklagten, konnten daran nichts ändern. So machtvoll der Einfluss des Fernsehens auch war.

Den Zuschauern kein schlechtes Gewissen zu machen, sondern sie lieber mit allerlei Versprechungen zu locken ist natürlich schlauer. Also holte der *Weisse Riese* mit Riesenwaschkraft den letzten Schmutz aus jeder Faser. Und *Omo* zeigte mit seinem Knotentest – ein



völlig verdrecktes Geschirrtuch wurde verknotet in die Waschmaschine geworfen und blitzsauber entfaltet –, dass keiner reiner wäscht.

Die Großmutter blieb dennoch skeptisch. Von *Fakt* hingegen ließ sie sich verführen. Das Waschpulver sorgte Anfang der 1970er-Jahre nicht nur wegen seiner knallig roten Verpackung für Aufmerksamkeit, sondern vor allem wegen der genialen Botschaft: *Macht Schluss mit dem Grauschleier*. Ja so was! Das wollte sich die Oma dann aber genau anschauen – ob selbst Opas Blauzeug wieder wie neu wird.

In jungen Jahren gelang ihr das nie. Trotz härtester Arbeit. Waschmaschine gab's ja keine. Auf Knopfdruck ging da nichts. Man musste die Wäsche einweichen, kochen, sie mit der Waschrumpel säubern, schwemmen, auswinden ... ein Wunder, dass die Oma so schöne Hände hatte, auch noch im hohen Alter.

An ihre Waschküche erinnere ich mich bis heute, an den gemauerten Herd mit dem riesigen Waschkessel; und an den Waschtrog, den der Andi und ich für große Ausfahrten im Bach hinterm Haus nutzten. Beide darauf bedacht, nur ja nicht zu kentern, weil das Wasser so eisig kalt war, dass die Haut schnell taub wurde und du nach Luft geschnappt hast wie ein Fisch im Trockenen.

Die Waschrumpel interessierte uns nicht. Auch wenn sie ein ganz wunderbares Instrument abgab, wie die legendäre *Worried Men Skiffle Group* vorzeigte. Die Musiker spielten auch auf einer Art Besenstiel-Gitarre und sangen Wiener Dialekt. Sie waren quasi die ersten Austropopper. Aber leider auch kein Thema für meine Tochter, weil ebenso weit weg wie die Klementine.



## SEHENSWERTES BEI SERVUS TV

### Servus Österreich: Am wilden Lech

#### **Richard Deutinger folgt einem der letzten Wildflüsse der Alpen**

Sein Ursprung liegt am smaragdgrünen Formarinsee in Vorarlberg, danach fließt der Lech durch Tirol bis nach Bayern nahe Füssen. So ungezähmt wie der Fluss sind auch die Menschen an seinen Ufern – sie haben ganz eigene Ideen, eine ganz eigene Sprache, einen starken Willen, Weitblick und eine Portion Sturheit. Ein paar von ihnen besucht Richard Deutinger für „Heimaleuchten“. Etwa Kathi und Flo Mittermayr, die Wirte der

Freiburger Hütte oberhalb des Formarinsees; den Musiker Toni Knittel, der mit seiner Band „Bluatschink“ auftritt und sich dafür einsetzte, den Lech so wild zu lassen, wie er war; oder Holzbildhauer Ernst Schnöller, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, in den sogenannten Auszeitdörfern – kleine Gemeinden mit sanftem Tourismus – Kraftplätze einzurichten.

● Freitag, 11.9., 22.00 Uhr



### Unbekanntes Indien

#### **Mit „Terra Mater“ durch die Wildnis Karnatakas**

Der Naturreichtum des Bundesstaats Karnataka im Südwesten Indiens ist kaum bekannt: Hier lebt ein Viertel aller Tierarten Indiens, von Lippenbären über Elefanten bis zu Tigern und Leoparden. Erstmals zeigt eine bildgewaltige, über drei Jahre gefilmte Naturdoku diese Pracht, die wesentlich durch den Monsun geprägt wird: Nach den Monaten des Regens explodiert das Leben in den Wäldern. Je länger die Trockenzeit dauert, desto knapper werden die Ressourcen und desto härter müssen die Arten um ihr Überleben kämpfen.

● Mittwoch, 16.9., 20.15 Uhr



### Terra Mater: Das Leben der Honigdachse

#### **Auf den Spuren eines Jungtiers in der Wildnis von Namibia**

Eine „Terra Mater“-Doku begleitet Grit, einen 18 Monate jungen Honigdachs, auf seinem gefährlichen Weg ins Leben. Das erste Mal erlebt er nun die Jahreszeiten ohne seine Mutter. Von zehn Honigdachsen sterben im Schnitt sechs bereits in den ersten Wochen, in denen sie auf sich selbst gestellt sind. Mit jedem Tag in der Wildnis sammelt Grit wertvolle Erfahrungen. Am Ende ist Grit erwachsen geworden – furchtloser als je zuvor, aber immer noch genauso verfressen.

● Mittwoch, 2.9., 20.15 Uhr

*ja*GDHOF  
★★★★★ WELLNESSHOTEL

IHR  
*Urlaubs*  
ZUHAUSE



## ÜBERNACHTUNG

gültig bis 13.12.2020

inkl. Jagdhof-Verwöhnpension ab € **161,-**  
p. P. & Nacht im DZ

zahlreiche Ruheosasen Audi R8 Spyder V10  
11 Themen-Saunen Fit- & Aktivprogramm Segway  
**6.500 m<sup>2</sup> Wellness- & Wasserkraft** Kneipp-Anlage  
25m Infinity-Sport-Pool **5-Sterne** Themen-Show-Aufgüsse  
Wandern 750 m<sup>2</sup> Naturbadeseen Golf Beauty Schlössl  
Lady SPA Panorama-Eventsauna kreative Kulinarik  
edle Weine Boxspringbetten

## WELLNESS SCHNUPPERTAGE

buchbar bis 13.12.2020

**2 ÜBERNACHTUNGEN**  
inkl. Jagdhof-Verwöhnpension  
**und Wohlfühl-Paket**  
// BABOR Shaping Body-Peeling, 20 Min. & Wellness-Massage, 50 Min.

ab € **450,-**  
p. P. im DZ

## JAGDHOF-HIT

buchbar bis 11.12.2020 von So-Do oder Mo-Fr

**4 ÜBERNACHTUNGEN**  
inkl. Jagdhof-Verwöhnpension  
**und einer Wohlfühl-Anwendung** (nach Wahl)  
// Wellnessmassage, 50 Min. **ODER**  
// Meersalzöl-Peeling & Relax-Teilkörpermassage, 45 Min.

ab € **715,-**  
p. P. im DZ

Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit haben für uns höchste Priorität. Bitte beachten Sie daher unser Hygienekonzept.



**Hotel Jagdhof GmbH** | GF: Josef Ritzinger | Putzgartenstr. 2 | 94133 Röhrnbach  
Tel. 08582 9159-4672 | info@jagdhof-bayern.de | [www.jagdhof-roehrbach.de](http://www.jagdhof-roehrbach.de)



### Unser Tipp

S O M M E R D A H O A M  
5 Übernachtungen im DZ  
mit Faulenzer - oder Verwöhnension  
ab 565,00€ pro Person



Der Eisvogel e.K. | Margit Zettl-Feldmann | 93333 Bad Gögging | T +49 9445 9690 | M [info@hotel-eisvogel.de](mailto:info@hotel-eisvogel.de) | W [www.hotel-eisvogel.de](http://www.hotel-eisvogel.de)

*Nach Herzenslust nähen –  
mit buttinette*

Der neue  
Kreativkatalog  
ist da!

Jetzt **ONLINE BLÄTTERN**  
oder **GRATIS** anfordern

**[www.buttinette.com](http://www.buttinette.com)**

Einfach mal wieder die kleinen Dinge im Leben genießen.



**SHOPPEN -  
SCHLEMMEN -  
SCHLAFEN**

1 ÜN am Wochenende  
Begrüßungsgetränk  
reichhaltiges Frühstück  
3-Gänge-Menü  
Gutschein für das Modehaus  
Garhammer (Wert: € 20,00)



p. P. ab  
**111 €**

**SCHNUPPER-  
WOCHE NENDE**

2 ÜN (Fr -So)  
Begrüßungsgetränk  
2x reichh. Frühstück  
2x 3-Gänge-Menü  
kostenloser Tiefgaragen-  
Stellplatz



p. P. ab  
**189 €**

**RADELN  
GENUSS  
WANDERN**

3 ÜN  
Begrüßungsgetränk  
3x reichh. Frühstück  
1x 3-Gänge-Menü  
Inkl. E-Bike oder  
Walkingstöcke leihweise

p. P. ab  
**249 €**

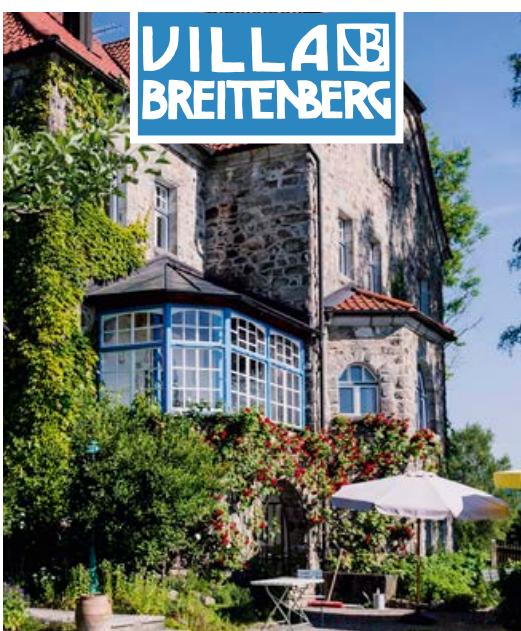
HERZSTÜCK Waldkirchen | Inhaber: Claus Löfflmann  
Marktplatz 19 | 94065 Waldkirchen Bayerischer Wald

☎ +49 (0)8581 / 6909594 hello@herzstueck-waldkirchen.de  
[www.herzstueck-waldkirchen.de](http://www.herzstueck-waldkirchen.de)



**ENTSPANNEN**

in der Natur



**WILLKOMMEN**  
im Boutiquehotel  
des Bayerischen Waldes



**GENIEßEN**

im BIO-Restaurant

DIE VILLA BREITENBERG - UNGEWÖHNLICH CHARMANT

**Wieser**  
Ges.m.b.H.  
A-4541 Adlwang

Beschläge Manufaktur

Fensterbeschläge  
aus eigener Erzeugung

Tel. ++43 (0) 7258 / 5425 • [www.wieser-antik.com](http://www.wieser-antik.com)



### Abschalten & Auszeit genießen

im kleinen & feinen \*\*\*S Hotel Deine Auszeit im schönen Bayerischen Wald

Deine **Auszeit** ★★★ Hotel  
Wandern. Wellness. Chillen.

Auszeit zu zweit

3 Übernachtungen inkl. ¾-Pension  
Nutzung der Wellnessanlage  
1 Hauscocktail

p. P. im DZ ab **261 €**

GUTSCHEINSHOP  
siehe Homepage

**Wellnesshotel Auszeit, WM-Touristik GmbH**  
Familie Martin Wölfl, Zeitsäge 4, 94250 Achslach  
Tel 09929 902123, [info@hotel-deine-auszeit.de](mailto:info@hotel-deine-auszeit.de)  
[www.hotel-deine-auszeit.de](http://www.hotel-deine-auszeit.de)

### Stimmungsvoll & nachhaltig

Mit dem Schmelzfeuer®  
Kerzenreste recyceln

**denk** +49 (0)9563 513320 | [www.denk-keramik.de](http://www.denk-keramik.de)

**Granpanorama Hotel StephansHof \*\*\*\***  
Südtirol für Genießer

In schönster Panoramalage auf dem Sonnenplateau von Villanders gelegen, bietet das Granpanorama Hotel StephansHof\*\*\*\* seinen Gästen kulinarischen Hochgenuss vor der Traumkulisse der Dolomiten, die sich von jedem der Zimmer und Suiten aus bewundern lässt.

Im Angesicht der mächtigen Spitzen der Dolomiten gedeihen im Eisacktal italienweit berühmte Weißweine. Gemeinsam mit der traditionellen Südtiroler Küche, der sich das Küchenteam vom Granpanorama Hotel StephansHof verschrieben hat, sorgen sie für unverfälschten Genuss. Das pittoreske Dörfchen Villanders begeistert außerdem durch seine zentrale Lage im Herzen Südtirols und eine wildromantische Hochalm, die sich sommers wie winters für ausgedehnte Wanderungen eignet. Bei geführten Genusswanderungen zu Alm-Käserien, wo es zum hausgemachten Bergkäse eine Verkostung Eisacktaler Weine gibt, verbinden sich kulinarische und Wandererlebnisse zu einer einzigartigen Symphonie.

In den neuen Panorama-Suiten hoch über dem Eisacktal genießen die Gäste in einem privaten Rooftop-Spa mit Sauna und Whirlpool den unvergleichlichen Ausblick auf die Dolomiten.

**Granpanorama Hotel StephansHof \*\*\*\***  
St. Stefan 12, 39040 Villanders, Südtirol  
Tel.: +39/0472/843150 | [info@stephanshof.com](mailto:info@stephanshof.com)

[stephanshof.com](http://stephanshof.com)





## RAUS AUFS LAND!

### WELLNESSURLAUB IM EINKLANG MIT DER NATUR

Gönnen Sie sich eine Auszeit mit unvergesslichen Wohlfühlmomenten im Wellness- und Wohlfühlhotel Waldeck!

Nehmen Sie sich Zeit für Ihre persönlichen Lieblings-saunagänge in der modernen Saunawelt auf 2 Ebenen oder entspannen Sie im Erlebnishallenbad mit sprudelndem Wasserfall. Bei wohltuenden Massagen und Kosmetikbehandlungen gönnen Sie sich Luxus für Leib und Seele.

Im Rahmen einer ¾ Verwöhnpension erleben Sie kulinarische Highlights mit einem Frühstücksschlemmerbuffet, regionalen Schmankerl am Nachmittag und einem 4-Gänge-Abendmenü.

Überzeugen Sie sich auch von der 20.000 m<sup>2</sup> großen Gartenanlage mit einem unverbauten Blick auf die fantastische Natur und Bergwelt des Bayerischen Waldes.

**Wellness- und Wohlfühlhotel Waldeck**  
Carmen Geiger-Brückl · Arberseestraße 37-39 · 94249 Bodenmais  
T +49 (0) 9924 9403 0 · E mail@waldeck-bodenmais.de  
[www.waldeck-bodenmais.de](http://www.waldeck-bodenmais.de)



ab **365€**

## BAYERISCHER WELLNESSTRAUM

3 Übernachtungen  
mit ¾ Wohlfählpension  
inklusive Aromaöl-  
Ganzkörpermassage  
und einer kleinen  
Gesichtsbehandlung



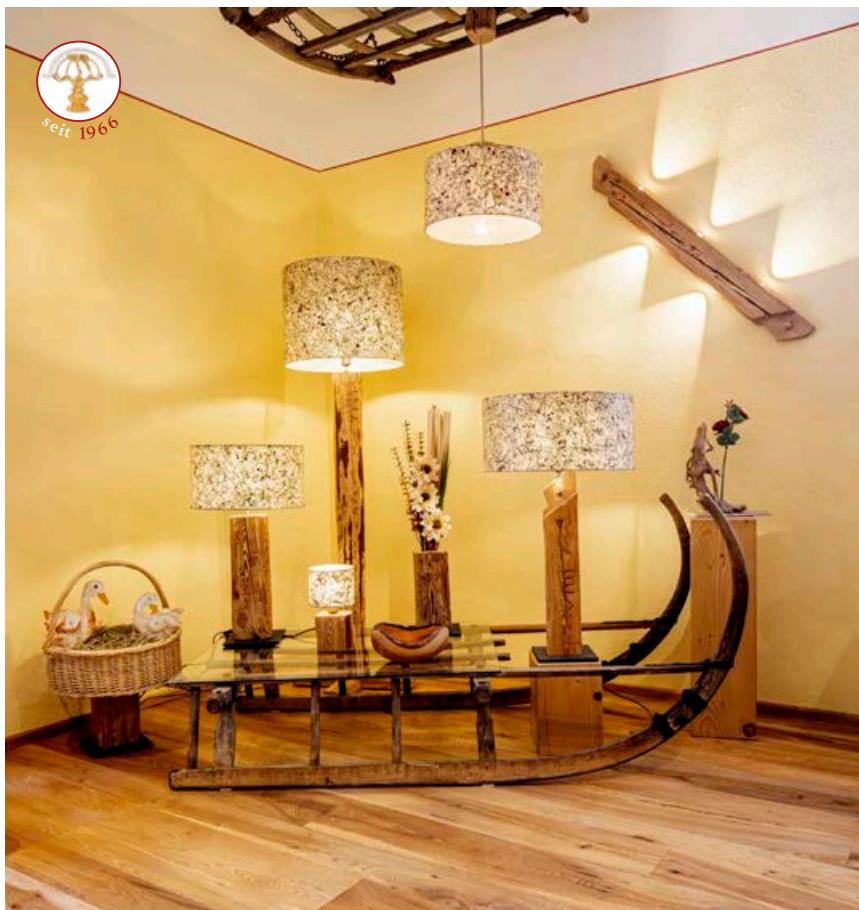
## DESTILLIERT AUS LEIDENSCHAFT

140 Sorten aus eigener Herstellung ✨ Verkauf ✨ Destillatverkostung ✨ Filmvorführung ✨ Führung in der Brennerei



**Spezialitäten-Brennerei & Whisky Destillerie Liebl GmbH**

Jahnstraße 11-15 ✨ 93444 Bad Kötzting ✨ Tel.: 0 99 41 - 13 21 ✨ [info@brennerei-liebl.de](mailto:info@brennerei-liebl.de) ✨ [www.brennerei-liebl.de](http://www.brennerei-liebl.de)



### Heu- & Blumenwiesenschirme

Lassen Sie den Sommer  
in Ihr Haus!

Mit den echten Heu- und Blumenwiesenschirmen aus der Drechslerie Neuhofer bringen Sie Gemütlichkeit mit Heugeruch, gepaart mit rustikalem Altholz und warmem Licht, in Ihr Zuhause.

Der Stil der Leuchten vereint Tradition mit modernem Design. Nachhaltigkeit, Qualität und ein ökologischer Gedanke stehen im Vordergrund. Die Verwendung hochwertiger Materialien und biologischer Öle und Wachse zur Oberflächenbehandlung sind daher für die Manufaktur selbstverständlich. Verarbeitet werden regionale Hölzer aus Bayern sowie das Heu für die Schirme aus Österreich.

Mit diesen Leuchten ist es dem Familienbetrieb gelungen, Kunden zu begeistern und die einzigartige, nachhaltige und handgefertigte Ware online sowie persönlich oder telefonisch für Sie anzubieten.

**Drechslerie Armin Neuhofer**  
**D-83324 Ruhpolding**

Tel.: +49/8663/12 95, drechslerie-neuhofer.de

*Als kleiner Handwerksbetrieb freut sich  
die Drechslerie Neuhofer besonders in diesen Zeiten  
über Ihre Bestellung – online und telefonisch.*

**Einzigartige Lage  
mit  
traumhaftem  
Weitblick**

#### Schnupperangebot

- 3 Übernachtungen inkl. Frühstück und Abendessen (3-Gang-Wahlmenü)
- Nutzung unseres Wellnessbereiches
- Leihbademantel

pro Person im DZ Komfort ab 225,- €

#### Hotel Gottinger

Hotel Gottinger

Erika Gottinger-Jany u. Marita Gottinger GbR  
Hauzenberger Str. 10, 94065 Waldkirchen  
Tel. 08581 / 9820, Fax 08581 / 982444  
info@hotel-gottinger.de | www.hotel-gottinger.de

#### 7-Tage-Angebot

- 7 Übernachtungen inkl. Halbpension
- 1x Willkommens-Aperitif
- Rosen Gesichtsmassage für die Damen bzw. Stressless-Massage für die Herren (je 25 Min.)
- Nutzung unseres Wellnessbereiches
- Leihbademantel

pro Person im DZ Komfort ab 550,- €



# Servus im Oktober



Ab  
24. SEPTEMBER  
2020  
überall, wo es  
Zeitschriften  
gibt

## 40 SEITEN EXTRA: SCHÖNES FÜR ZU Hause

Wir dekorieren unser Heim mit Kürbissen in allen Farben und Formen, wir bestaunen die uralte gotische Bauernstube des Amonnhofs in Bozen in Südtirol und schauen Tischler Daniel Schäfer in Graz über die Schulter. Plus: Pflanzen fürs Schlafzimmer und Fleckerlteppiche zum Verlieben.



### HERZHAFTES GULASCH

Ungarische Hirten brachten einst das beliebte Gericht zu uns: sechs feurige **Gulaschrezepte** zum Nachkochen - vom Kalbsrahmgulasch (im Bild) bis zum Linsengulasch.



### WANDERN UND RASTEN

Wir gehen entlang der **Eger**, die im Fichtelgebirge entspringt, und begleiten sie bis zur Grenze nach Tschechien. Dabei kehren wir auch bei der Imkerfamilie Tietz ein.

**SERVUS IN STADT & LAND** erhalten Sie jeweils am Monatsende im gut sortierten Zeitschriftenhandel, im Einzelhandel oder bei Tankstellen.

**DIE DIGITALE SERVUS-WELT:** Alles, was das Leben schöner macht, ist auf unserer Website [servus.com](http://servus.com) zu finden. Unsere Geschichten gibt's übrigens auch gratis aufs Mobiltelefon. Oder Sie folgen uns auf Social Media:

## IMPRESSUM

**Chefredakteur** Markus Honsig  
**Stv. Chefredakteure** Martin Fraas, Carolin Giermindl, Klaus Kamolz  
**Art Direction** Matthias Preindl (Ltg.), Verena Bartosch (Stv.), Tino Liebmann  
**Fotochefin** Sabina Dzinic  
**Fotoredaktion** Izabela Idziak, Martin Kreil, Kerstin White  
**Redaktion** Alice Fernau (Mein Daheim), Margaret Handler (Gesundes Leben), Michael Hufnagl, Verena Randolph  
**Autoren** René Freund, Michael Köhlmeier, Uschi Korda, Dorli Muhr, Harald Nachförg  
**Freie Mitarbeiter** Tristan Berger, Karin Buchart, Wolfgang M. Gran, Angelika Jakob, Thomas G. Konofol, Stephanie Lahrt, Elke Papouschek, Alexander Rieder, Achim Schneyder, Veronika Schubert, Nina Strasser, Tanja Warter, Gabi Weiss

**Redaktionsmanagement** Martina Bozecsky  
**Illustrationen** Bernd Ertl, Anna Frohmann, Julia Lammers, Andreas Posset, Roland Vorlauffer

**Head of Photo** Isabella Russ

**Executive Creative Director** Markus Kietreiber

**Head of Digital Publishing** Mesi Tötschinger  
**Projektmanagement Digital** Vanessa Elwitschger

**Redaktion servus.com/magazin** Beatrix Hammerschmid (Ltg.), Luana Baumann-Fonseca, Chris Julia Helmerberger, Marijan Kelava

**Digital Product Management & Development** Florian Janousek (Ltg.), Marco Bogner, Manfred Krammer, Max Moser

**Audience Development & E-Commerce**

Elisabeth Hofhans (Ltg.), Lena Distelberger, Marijan Kelava

**Managing Director** Stefan Ebner

**Publishing Management** Barbara Kaiser (Ltg.), Ines Dannecker, Simon Weichselbaumer

**Head of Media Sales & Partnerships** Lukas Scharmbacher

**Sales Operations & Development** Anna Schönauer (Ltg.), David Mühlbacher

**Sales Management Servus** Johannes Wahrmann-Schär (Ltg.), Christopher Miesbauer

**Anzeigenverkauf Österreich** Franz Fellner, Thomas Hutterer, Stefanie Krallinger, Alfred Minassian, Nicole Okasek-Lang, Britta Pucher, Jennifer Sabejew, Ellen Wittmann-Sochor; Kristina Krizmanic (Team Assistant); Manuela Brandstätter, Monika Spitaler (Anzeigenervice)

**Anzeigenverkauf Deutschland** Thomas Keihl (Ltg.), Clemens Dittrich, Daniela Güpner, Jennifer Heng, Martin Riedel, Constantin Röttger, Benedikt Schmid, Christian Wörndle

**Co-Publishing** Susanne Degn-Pfleger (Ltg.), Elisabeth Staber (Ltg.); Mathias Blaha, Raffael Fritz, Thomas Hammerschmid, Marlene Hinterleitner, Valentina Pierer, Mariella Reithoffer, Verena Schörhuber, Sara Wonka, Julia Bianca Zmek, Edith Zöchlön-Marchart

**B2B-Marketing & Kommunikation** Katrin Sigl (Ltg.), Alexandra Ita, Teresa Kronreif, Stefan Portenkirchner

**Commercial Design** Peter Knecht (Ltg.), Simone Fischer, Alexandra Hundsdorfer, Martina Maier, Julia Schinzel, Florian Solly

**Abo & Vertrieb** Peter Schiffer (Ltg.), Nicole Glaser (Vertrieb), Victoria Schwärzler, Yoldaş Yarar (Abo)

**Herstellung** Veronika Felder

**Produktion** Martin Brandofer, Markus Neubauer

**Lektorat** Hans Fleißner (Ltg.), Petra Hannert, Monika Hasleder, Birly Kirnbauer-Walek, Belinda Mautner, Klaus Peßam, Vera Pink

**Lithografie** Clemens Ragotzky (Ltg.), Claudia Heis, Nenad Isailovic, Sandra Maiko Krutz, Josef Mühlbacher

**Finanzen** Julian Bartik, Johannes Hadler, Klaus Pleninger

**MIT** Christoph Kocsisek, Michael Thaler

**Operations** Melanie Grasserbauer, Alexander Peßam, Yvonne Tremmel

**Assistant to General Management** Patricia Höreth

**Herausgeber & Geschäftsführer** Andreas Kornhofer

**Offenlegung** gemäß § 25 Mediengesetz: Informationen zum Medieninhaber sind ständig und unmittelbar unter folgender Webadresse auffindbar: [servus.com/impressum](http://servus.com/impressum)

**Druck** Vogel Druck und Mediendienstservice GmbH, D-97204 Höchberg (Kern und Endfertigung), Poly-Druck Dresden GmbH, D-01257 Dresden (Cover)

**Vertrieb** Deutschland: DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, dpv.de

**Servus Magazin-Abservice**

Postfach 1326, 71003 Böblingen

**Abo-Hotline** 089/88 99 77-03

**Abo-Fax** 089/88 99 77-97

**Abo-Mail** [abo@servusmagazin.de](mailto:abo@servusmagazin.de)

**Jahresabo** EUR 48,90; für Mitglieder der Vereine im Bayerischen Trachtenverband EUR 38,90

**Redaktionsanschrift**

Heinrich-Collin-Straße 1/1, A-1140 Wien,

Tel.: +43/1/90 221-0, Fax-DW: 27930

**E-Mail** [redaktion@servus.com](mailto:redaktion@servus.com)

Web [servusmagazin.com](http://servusmagazin.com)

**Medieninhaber, Eigentümer & Verleger**

Red Bull Media House GmbH,  
Oberst-Leopoldinger-Straße 11-15,  
A-5071 Wals bei Salzburg, FN 297115i,  
Landesgericht Salzburg, ATU63611700

**Geschäftsführer** Dkfm. Dietrich Mateschitz,  
Dietmar Otti, Christopher Reindl, Marcus Weber

Ein Produkt aus dem

**Red Bull MEDIA  
HOUSE**

## MEIN SERVUS FÜR DAHEIM



### Jahresabo

**12 Ausgaben + Pilzset**

für nur **€ 48,90**

Das Servus-Pilzset, bestehend aus Pilzmesser und dem kleinen Buch „Heimische Pilze“.

### Jahresabo

**12 Ausgaben + Buch „Fräulein Grüns Geschenke aus der Natur“**

für nur **€ 48,90**



### Vorteilsabo

**15 Ausgaben zum Preis von 12**

für nur **€ 48,90**



Ihr Vorteil:  
**3 Hefte  
geschenkt!**

Angebot wählen und gleich bestellen:

**[servusmagazin.de/abo](http://servusmagazin.de/abo)**

PENNINGER

AMERICAN HERITAGE  
LIBERALITAS BAVARICA

BAVARIAN  
FINISH



ERFAHREN SIE MEHR ÜBER  
WHISKEY BEI UNSERER  
BRENNEREI TOUR  
[penninger.de/orte/  
besucherzentrum](http://penninger.de/orte/besucherzentrum)

Alte Hausbrennerei Penninger – Waldkirchen.  
Independent Bavarian Craft Distillers – since 1905.

[WWW.PENNINGER.DE](http://WWW.PENNINGER.DE)