

Servus

in Bayern



Bayerische Seifenoper
Moorseife aus dem Ammergau



Münchner Legende
Zu Gast beim Fraunhofer-Wirt

🐾 EINFACH . GUT . LEBEN 🐾



**MAMA BÄR &
BRUDER WOLF**

Die tiefe Verbundenheit
von Mensch und Tier

NOVEMBER
11/2020
D 4,60 EUR
CH 7,00 CHF
ESP/IT/LUX 4,80 EUR



NÜSSE KNACKEN, KEKSE BACKEN

Süße Rezepte aus der vorweihnachtlichen Backstube

BÜHNE. BAR. RESTAURANT. CASINO.

FREUDE VERSCHENKEN



Ihre
**GESCHENK-
PAKETE**
auf
[www.spielbanken-
bayern.de](http://www.spielbanken-bayern.de)

schon ab
50 €



SPIELBANKEN BAYERN

Bad Wiessee • Feuchtwangen • Garmisch-Partenkirchen • Lindau
Bad Kissingen • Bad Füssing • Bad Reichenhall • Bad Kötzing • Bad Steben
www.spielbanken-bayern.de



Glücksspiel kann süchtig machen. Spielteilnahme ab 21 Jahren. Informationen und Hilfe unter www.spielbanken-bayern.de

EINE ERSTE RUNDE KEKSE

Der November, so ehrlich muss man sein, ist ja bei vielen Menschen nicht besonders beliebt. Zwischen goldenem Herbst im Oktober und zauberhaftem Advent im Dezember gehört der graue November eher zu den Außenseitern im Jahreskreislauf. Zu Unrecht, wie wir finden: Wenn sich der Nebel über die Täler und zwischen die Berggipfel legt, kann das durchaus neue, reizvolle Ausblicke aufs Land eröffnen. Autorin Uschi Korda und Fotograf Christof Wagner waren etwa rund um den Tiroler Achensee unterwegs, ganz nah an der bayerischen Grenze, über, zwischen und unter den Wolken, und sind mit einer schönen Geschichte und einer wichtigen Erkenntnis zurückgekommen: Wenn es draußen neblig wird, ist es drinnen umso gemütlicher, man muss nur die richtigen Adressen zum Einkehren kennen – ab Seite 118.

Der November ist auch der vielleicht stillste Monat im Jahr. Fast scheint die Welt in diesen Wochen ein wenig innezuhalten, das Farbenfeuerwerk des Herbstes erlischt, der Winter nimmt erst langsam Anlauf für den ersten Schnee. Jetzt ist die Zeit, um in aller Ruhe mit den Vorbereitungen für die Weihnachtszeit zu beginnen. Am liebsten machen wir das mit einer ersten Runde Keksebacken (noch mehr gibt's dann im Dezember). Sechs neue Rezepte mit Hasel- und Walnüssen, mit Mandeln und Pistazien finden Sie ab Seite 68, Klaus Kamolz hat dazu passend eine kleine bissige und anmutige Kulturgeschichte des Nussknackers verfasst, Seite 67.

Das wahrscheinlich Beste am November ist aber der 11. November, Gedenktag des heiligen Martin, mit dem die Ganslzeit wieder beginnt, endlich. Und weil der heilige Martin auch der Patron des Burgenlands ist, das nächstes Jahr hundertjährige Zugehörigkeit zu Österreich feiert, haben wir dem jüngsten Bundesland der Alpenrepublik einen kulinarischen Schwerpunkt gewidmet, von der Ganslsuppe bis zu den Somloer Nockerln, ab Seite 48.

Am Ende noch ein Hinweis in eigener Sache: Am Kiosk liegt schon unsere neue Ausgabe der „Guten Küche“, die sich dieses Mal ganz der klassischen Bauernküche widmet.

Wir wünschen herzhaften Appetit, angenehme Lektüre und einen schönen November.

Markus Honsig
& die Servus-Redaktion



RUTH WEGERER

Seit bald zehn Jahren schreibt unsere Gartenbesucherin hier über grüne Paradiese. Und ist dabei immer wieder berührt davon, wie wunderbar die liebevoll gestalteten Gärten und ihre Besitzer harmonisieren. Diesmal ist sie im Seewinkel zu Gast. Ab Seite 34.



THOMAS G. KONOFOL

Er ist einer der meistbeschäftigten Restaurantkritiker des Landes und hat sich mit Hingabe den schönen Dingen verschrieben. In dieser Ausgabe war er für uns im Münchner Wirtshaus Fraunhofer (Seite 76) und auf Hausbesuch in seiner Wahlheimat am Bodensee (Seite 82).



Flaumige Knödel, knusprige Bratln, kräftige Eintöpfe
Jetzt im Zeitschriftenhandel:
„Servus Gute Küche“



INHALT

NOVEMBER 2020

60



118



76



96

GESUNDES LEBEN

NATURWISSEN

- 18 **Mama Bär und Bruder Wolf**
Mensch und Tier sind uralte Gefährten. Warum die Bärin den Geist der Mutter trägt und einst zur Christmette der Wolfssegen gesprochen wurde.

SERIE

- 24 **Wundersame Wasser**
Ingrid Kleindienst-John liebt Blumen, Kräuter und Wurzeln, deren flüchtige Schönheit und Heilkraft sie in Wässern konserviert.

ALTE HEILMITTEL

- 28 **Der Tee der Kräuterfee**
Nur sechs simple Zutaten braucht es für Eva Aschenbrenners entwässern- und blutreinigenden 6er Tee.

NATÜRLICH SCHÖN

- 30 **Hoch die Füße**
Jetzt, wo es drinnen am gemütlichsten ist, dürfen wir die Füße hochlegen und mit einer selbst gemachten Pflegecreme verwöhnen.

UNSER GARTEN

BESUCH

- 34 **Riviera im Seewinkel**
Thomas Amersberger träumte vom englischen Garten. Doch das pan-nonische Klima hatte andere Pläne.

MOOSE

- 42 **Grün in alle Ewigkeit**
In der Natur sorgen Moose für ruhige Stimmung und saubere Luft. Auch in der Bastelstube sind sie eine Zierde.

GUTE KÜCHE

ZU GAST IM BURGENLAND

- 48 **Ich denke oft an Paprika**
Wir feiern das Martinigansl, den Sautanz, die Bohnenheiligen, frischen Fisch und ein himmlisches Dessert.

REZEPTE VON DAMALS

- 58 **Das steirische Woaza**
Werner Jessners Kindheit hat einen besonderen Duft: Sie riecht nach dem Reindling seiner Großmutter.

ERNTEFRISCH

- 60 **Eine Frage des Stiels**
Wer Artischocken mag, der wird Kardonen lieben: Jetzt ist Erntezeit für das saftige Stängelgemüse.

HISTORISCHES

- 66 **Biss und Anmut**
Eine kleine Kulturgeschichte des hölzernen Nussknackers.

WEIHNACHTSBÄCKEREI

- 68 **Nüsse knacken, Kekse backen**
Wir sorgen für süßen Vorrat: sechs köstliche Plätzchenrezepte mit Haselnüssen, Walnüssen und Pistazien.

WIRTSCHAFTS-BESUCH

- 76 **Institution an der Isar**
Das Fraunhofer in München hat 250 Jahre Tradition, einen charismatischen Wirt und einen famosen Bio-Schweinsbraten.



82



48



8



90

MEIN DAHEIM

HAUSBESUCH

- 82 Große Liebe am Bodensee**
Anja und Tobias haben im verträumten Meersburg ein 300 Jahre altes Barockhaus liebevoll saniert.

DEKORIEREN

- 90 Kerzenschein, Glück daheim**
Wir machen es uns mit schönen selbst gefertigten Kerzen gemütlich und gießen kleine Schmuckstücke.

SCHÖNE HEIMAT

REDENSARTEN

- 98 So wild ist unsere Sprache**
Viele Ausdrücke, die wir heute ganz selbstverständlich verwenden, haben ihren Ursprung in der Jagd.

DOSSIER

- 102 Die große Seifenoper**
Am Anfang war das Wasser. Dann entdeckte der Mensch die Seife zum Waschen, zum Putzen und für sich selbst.

AUSFLUG

- 118 Über und unter den Wolken**
Wenn sich Herbstnebel wie Vorhänge über die Landschaft rund um den Tiroler Achensee legen, wird es dort sehr gemütlich.

STANDARDS

- 3 Vorwort
6 Mundart
7 Postkastl
8 Servus im November:
Archive der Weisheit
32 Unser Garten
40 Der Gartenfreund
41 Mondkalender
57 Dorli Muhr:
Wie Spätherbst riecht
80 Schönes für drinnen
96 Tanjas Tierleben
128 Michael Köhlmeier:
Der harte Winter
136 ServusTV
137 Harald Nachförg:
Wir sind gleich für Sie da
138 Vorschau, Impressum

Mundart

Von Martin Fraas



HEIZEN

Wie fein ist es doch, wenn es draußen nasskalt und richtig ungemütlich zugeht, zu Hause in eine wohlig warme Stube zu kommen. Ein Ofen, der gleich mehrere Räume wärmt, ist ab November ideal. Befeuert werden die traditionellen Kachelöfen – oft die einzige Wärmequelle im ganzen Haus – durch ein kleines Türchen. Und damit sind wir bei der Vorsilbe, die in Bayern in den meisten Regionen der Aktivität des Heizens vorangestellt ist: das „ein-“, also „hinein-“. Gemeint ist damit das Holz, das in den Ofen gegeben wird, um ein knisterndes Feuer zu entfachen. Sollen andere doch Holzscheite nachlegen, bei uns in Bayern wird richtig eingeheizt!

eikentn

Oberaudorf, Landkreis Rosenheim,
Oberbayern

einboazn

Feichten an der Alz, Landkreis
Altötting, Oberbayern

EINFEUERN

Flossenbürg, Landkreis Neustadt
an der Waldnaab, Oberpfalz

EISCHÜRN

Altenstadt, Landkreis Neustadt
an der Waldnaab, Oberpfalz

EIKACHELN

Arzberg, Landkreis Wunsiedel,
Oberfranken

einkeiln

Bruckmühl, Landkreis Rosenheim,
Oberbayern

EIFEIERN

Ergolding, Landkreis Landshut,
Niederbayern

eiboazn

Hebertshausen, Landkreis Dachau,
Oberbayern

EIGHOAZN

Tuntenhausen, Landkreis
Rosenheim, Oberbayern

EINILASSN

Kreuth, Landkreis Miesbach,
Oberbayern

ANKENTEN

Bad Reichenhall, Landkreis Berchtesgadener
Land, Oberbayern

eischiirn

Waldsassen, Landkreis
Tirschenreuth, Oberpfalz

POSTKASTL

Unsere Leserinnen und Leser schreiben

Leserfoto des Monats



Günter Albrecht aus Passau sendet uns diese Federzeichnung als Dankeschön für den Artikel „Der Magier aus Zwickledt“. Er schreibt: Ich habe diese Zeichnung vor 31 Jahren am 1. November 1989 bei düsterer Herbststimmung in Zwickledt gefertigt.“

Holler auf Vorrat

Dank Rezept aus der Juni-Ausgabe und dem Mondphasenkalender (für den richtigen Erntezeitpunkt) haben wir jetzt einen guten Vorrat für viele spritzige Drinks!

Eva Weisenburger, Hohenbrunn



Novemberabend

*Gespensisch breitet sich
die Abendstille
und deckt die abgemähten Felder zu.
Das Licht dringt durch
mit letztem Wille'
und begibt sich dann zu nächtens Ruh.*

*Hinter Fenstern gehen Tausende
von Lichtern an,
aus Kaminen steigt der Rauch empor.
Die Blätter tanzen unterm
Straßenlicht entlang
und rascheln mit dem Wind im Chor.*

*Nass und kühl die Nacht
um Frieden ringt,
ausgezehrt von Wetterkapriolen
unterm Tag.
Feucht und kalt die Brise
um die Häuser singt,
und Nebel, der sich so überhaupt
nicht lichten mag.*

**Wir danken Peter Wagner aus Andorf
für die Einsendung dieses Gedichts.**

Beeindruckendes Gedicht

Danke für die muntere Unterhaltung im September-Heft. Bereits das Gedicht von Hans Günter Kastner beeindruckte gewiss viele Leser. Es folgte der Beitrag „Es war ein guter Sommer“ über die Haflinger und viele weitere interessante Artikel – großartig bis zur letzten Seite.

Eva Pohle, Berlin

Geschichte & Tradition

Wir möchten uns herzlich für das tolle „Servus Triest“ bedanken, in dem Sie die Sehenswürdigkeiten Triests wunderbar ausführlich und umfassend beschrieben haben. Sie haben sowohl das Mittelmeer-Flair (in seiner adriatischen Version) als auch die feste Verwurzelung in der mittel-europäischen Geschichte und Tradition betont – und dadurch gezeigt, dass diese beiden Aspekte in keinerlei Widerspruch zueinander stehen. Wunderschön waren außerdem die Fotos.

Der Vorstand des Triestiner Touristenklubs

Eine runde Sache

Vielen Dank für diese Inspiration. Wir hatten ein altes Wagenrad in der Scheune und haben es in einen Minikräutergarten umgewandelt.

Familie Schuller, Mengkofen-Puchhausen



Wir freuen uns auf Post von Ihnen.

Einfach an Servus in Stadt & Land, KW Leserbrief, Heinrich-Collin-Straße 1, 1140 Wien, schicken oder als Mail mit vollem Namen und Wohnort an redaktion@servus.com.

Oder Sie hinterlassen uns eine Nachricht auf facebook.com/servusinstadtundland

ARCHIVE DER WEISHEIT

Es sind Orte der Stille, voller Stuck und Schnörkel, meisterhafter Fresken und vergoldeter Schnitzereien. Warum man Bibliotheken so prachtvoll ausgestattet hat? Weil sie unser kostbarstes Gut hüten: jahrhundertealtes Wissen.

TEXT: CAROLIN GIERMINDL

FOTO: STAATLICHE BIBLIOTHEK PASSAU



Passau

ELEGANTER GLEICHKLANG

Wie viel Harmonie und Ruhe von diesem unglaublich eindrucksvollen Saal im **Rokokostil** ausgeht. Die schlichten Regale aus Edelholz wirken unter der opulenten Stuckdecke perfekt angeordnet.

Über 400 Jahre alte Bücher zu Theologie und Philosophie, französischer Literatur, Mathematik und Physik sind in dem **einstigen Jesuitenkolleg** der Dreiflüssestadt verwahrt. Der größte Schatz der heutigen Staatlichen Bibliothek: die **Vornbacher Bibel**, eine kunstvoll mit Miniaturen verzierte Bibel aus Pergamentpapier aus dem Jahre 1421.

Das uralte Geheimnis, das sich ganz hinten in den Wandregalen der grün gestrichenen Turmstube von Isny verbirgt, kann man sogar riechen. Seit ewigen Zeiten nämlich verstaubt man hier in der Bibliothek im Allgäu kleine Hopfendolden hinter den wertvollen Bänden. Die duftenden Blüten regulieren die Luftfeuchtigkeit und schützen so die unsagbar kostbaren Schriften.

Wie viel Grübeleien und Geistesblitze, wie viel durchdachte Stunden und nächtelanges Experimentieren sich wohl zwischen all den Buchdeckeln in den Regalen der eindrucksvollen Bibliotheken von Isny und Füssen, von Passau, Wien oder Stift Melk verbergen?

Sorgsam, mit der Feder in der Hand, haben einst gebildete Mönche und Nonnen in den Schreibstuben ihrer Klöster überliefertes Wissen zu Papier gebracht. Nur wenigen Auserwählten war es im Mittelalter gestattet, die aufwendig hergestellten Schriften einzusehen. Die Summe aller Erkenntnisse blieb streng verwahrt hinter dicken Klostermauern oder gut verschlossen am Hofe der bayerischen Herzöge.

Erst als Johannes Gutenberg Mitte des 15. Jahrhunderts den Buchdruck erfand, brach eine neue Zeit an. Bücher, und damit Bildung, wurden immer mehr Menschen zugänglich. Die Welt des Wissens öffnete sich.

STÄTTEN EWIGER SCHÖNHEIT

Heute sind Bücher allgemeines Gut. 1.767 öffentliche Bibliotheken gibt es in Bayern. Rückzugsrefugien, Reiche der Einkehr und Stille sind es – und stets auch Zeugnisse meisterlicher Handwerkskunst. Nur die besten Schreiner, Architekten, Goldschmiede und Buchbinder wurden einst mit der Ausstattung beauftragt. Es entstanden Stätten von ewiger Schönheit. Sie haben über all die Jahrhunderte hinweg nichts von ihrem Glanz verloren.

Wir werden dieses kulturelle Erbe wohlbehalten unserer Nachwelt übergeben.





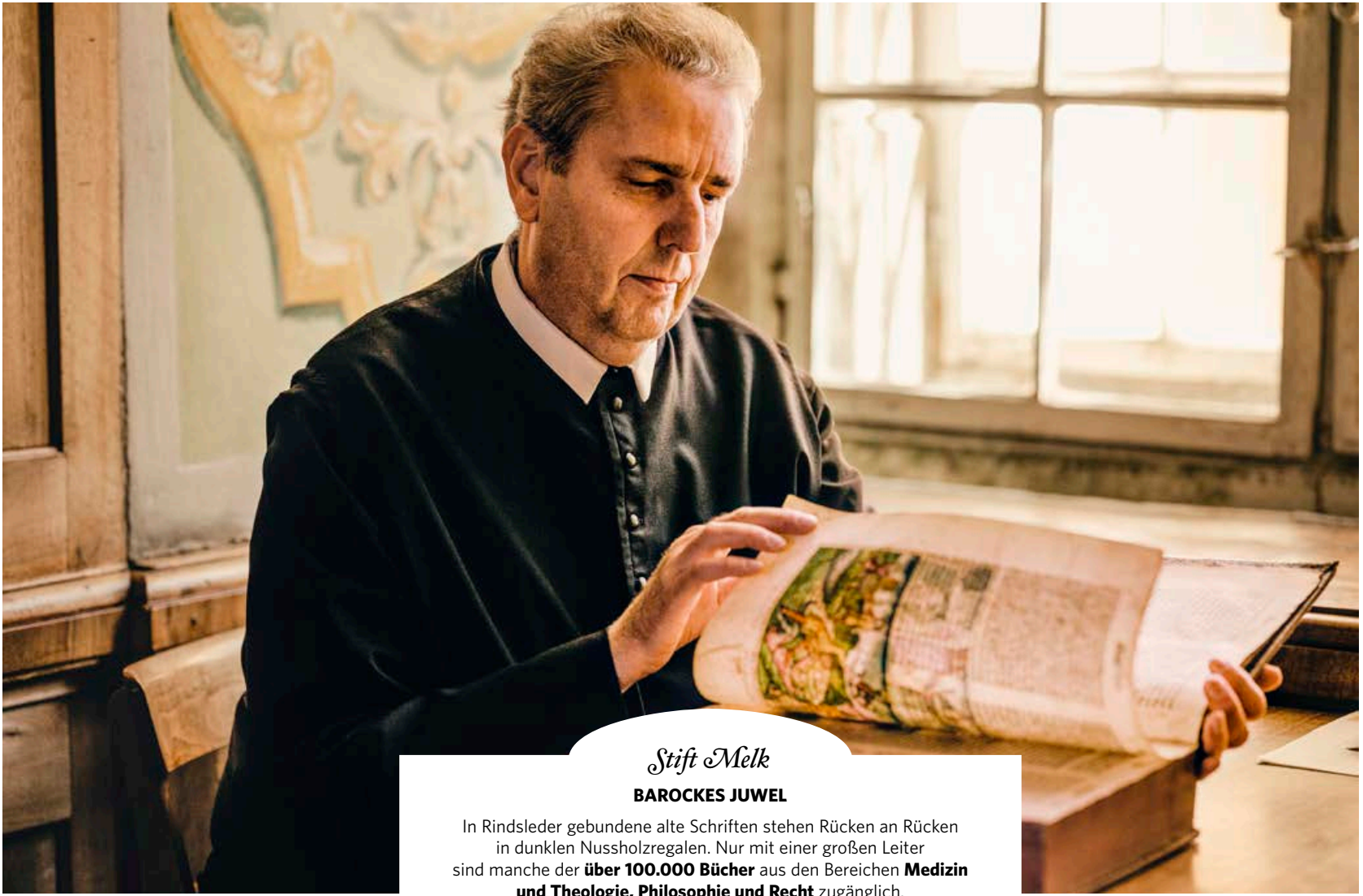
Isny

GEHEIMNISVOLLE ZEITREISE

Lediglich fünf mal fünf Meter groß ist die grün getünchte Studierstube über der Sakristei der evangelischen Nikolaikirche. Mehr als 2.000 kostbare Bände füllen die deckenhohen Wandregale. Unglaublich, aber wahr: Seit bald **550 Jahren** hat sich hier nichts verändert. Das Kreuzgewölbe mit den vielen Ranken, die Terrakottafliesen, der **Tisch mit dem Holbein-Teppich**: Genau so wurde der Raum 1462 errichtet.

Die kleine Bibliothek im Allgäu ist die einzige im ursprünglichen Zustand erhaltene Prädikantenbibliothek. Sogar **Schriften von Martin Luther** gehören zu ihrem einzigartigen Bestand.



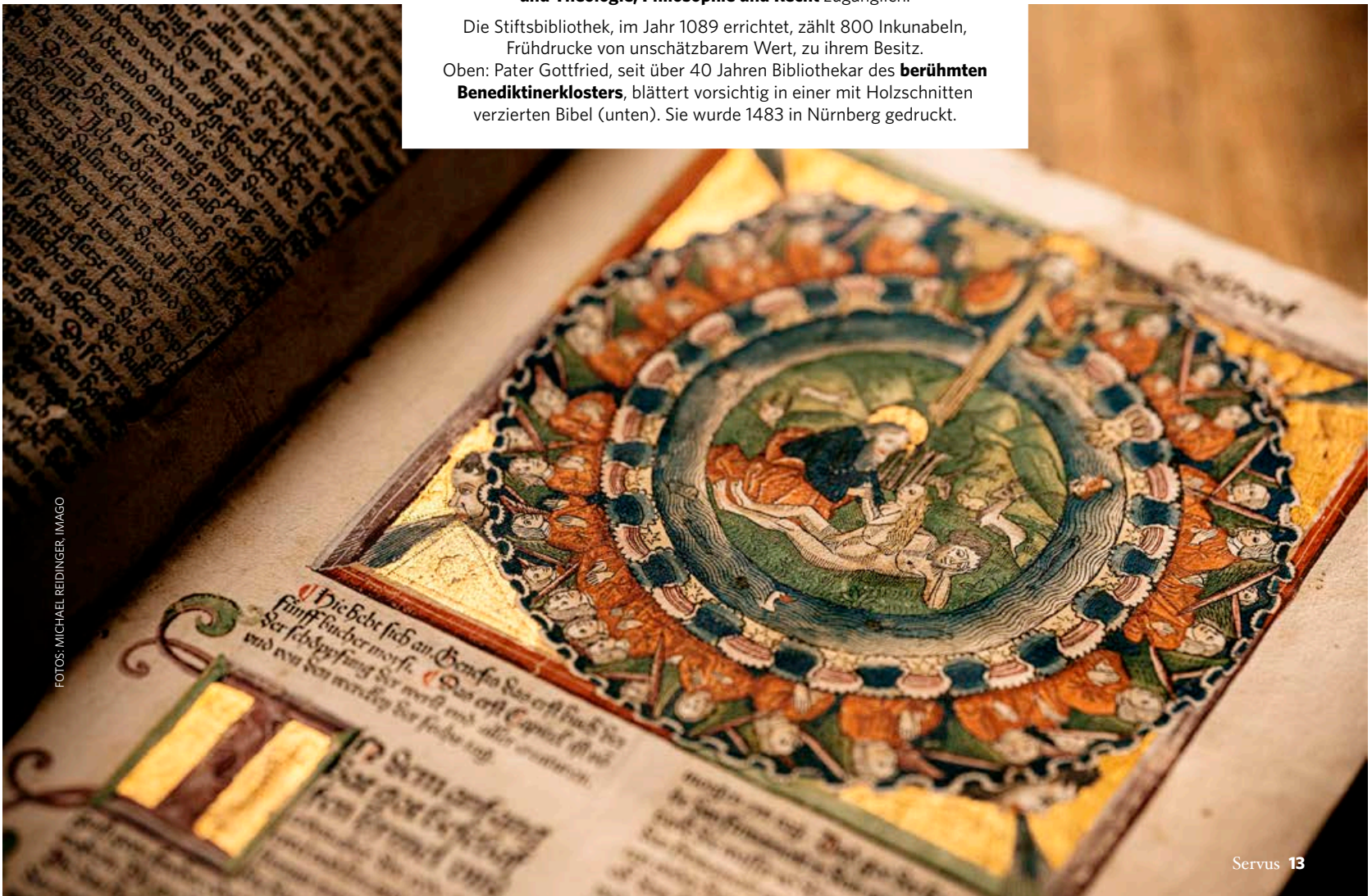


Stift Melk

BAROCKES JUWEL

In Rindsleder gebundene alte Schriften stehen Rücken an Rücken in dunklen Nussholzregalen. Nur mit einer großen Leiter sind manche der **über 100.000 Bücher** aus den Bereichen **Medizin und Theologie, Philosophie und Recht** zugänglich.

Die Stiftsbibliothek, im Jahr 1089 errichtet, zählt 800 Inkunabeln, Frühdrucke von unschätzbarem Wert, zu ihrem Besitz. Oben: Pater Gottfried, seit über 40 Jahren Bibliothekar des **berühmten Benediktinerklosters**, blättert vorsichtig in einer mit Holzschnitten verzierten Bibel (unten). Sie wurde 1483 in Nürnberg gedruckt.







Füssen

FRÖHLICHE FARBENPRACHT

Hell strahlt das Licht durch die Fenster der Südfront des wunderschönen **rosafarbenen Ovalbaus**. Üppig verziert mit Stuck und Engeln, mit Deckenfresken und kunstvollen Wandgemälden ist die alte barocke Klosterbibliothek von Sankt Mang.

Was Besuchern sofort ins Auge sticht: die **weiße Balustrade** in der Mitte des Raumes. Sie gewährte Einblick in den darunterliegenden Speisesaal des Ordens. Dieses Guckloch steht symbolisch für die Einheit von Körper und Geist.





Wien

KAISERLICHER PRUNK

Mächtige Säulen mit vergoldeten korinthischen Kapitellen, kunstvolle Skulpturen und opulente Fresken: die Österreichische Nationalbibliothek in Wien ist ein Meisterwerk. **Johann Bernhard Fischer von Erlach** hat sie entworfen, und sein Sohn Joseph Emanuel hat den Saal voll verschwenderischer Pracht im Jahr 1726 fertiggestellt.

Die **ehemalige Hofbibliothek** des österreichischen Kaisers gilt als eine der fünf schönsten Bibliotheken der Welt. Allein wegen ihrer **50.000 Handschriften** zählt sie zu den bedeutendsten Sammlungen weltweit.



MAMA BÄR UND BRUDER WOLF

Sie sind treue Begleiter, enge Verbündete und uralte Seelengefährten.
Mensch und Tier umgibt seit Beginn ihrer Geschichte ein inniges Band.

Warum die Bäarin den Geist der Großen Mutter trägt und
zur Christmette lange Zeit der Wolfssegnen gesprochen wurde.

TEXT: MARGRET HANDLER ILLUSTRATIONEN: ANDREAS POSSELT



Er tröstet, nimmt Angst, beruhigt und beschützt, er hilft beim Einschlafen und teilt Freude und Schmerz: Die Rede ist vom zotteligen Bären in Teddy-Gestalt. Ihm vertrauen seit Generationen die ganz Kleinen und vielleicht – wer weiß – heimlich auch noch die Großen. Wie hat Meister Petz das nur geschafft? Warum wir uns dem Bären und auch anderen Tieren so nahe fühlen, ist eine uralte Geschichte. Sie reicht weit zurück in eine Zeit, in der Mensch und Tier eine enge Gemeinschaft lebten.

Tief unten, versteckt im Schoß der Erde, geben uralte Höhlenmalereien Aufschluss darüber, wie sehr Mensch und Tier in ihrer Geschichte verbunden waren. Die berühmtesten findet man etwa in Lascaux oder in der Grotte Chauvet in Frankreich. Vor rund 30.000 Jahren malten dort unsere Vorfahren unter dem flackernden Licht ihrer Talglampen oder Feuerstellen all das an die Wand, was sie im Leben bewegte. Schreiben konnten die Menschen noch nicht, also malten sie mit den Farben der Natur beeindruckende Bilder an die Felsen. Da jagen Hirsche, Wisente und Pferde über Höhlendecken, da erscheinen Tiermenschen, fantastische Wesen mit tierischen und menschlichen Attributen, die in symbolhafter Sprache von der tiefen Verbundenheit des Menschen mit den Tieren erzählen.

Doch wie kam es dazu? Als Jäger folgte der Mensch schon in der Steinzeit den Tierherden, deren Fleisch sein Grundnahrungsmittel war. Mammute, Ochsen, Wollnashörner – sie boten unseren Ahnen Nahrung und Kleidung, ihre Knochen dienten als

erste Werkzeuge. Der Mensch war abhängig vom Tier. Gleichzeitig stellten Tiere aber auch eine Bedrohung dar. Sie verlangten dem Menschen Respekt ab und übernahmen so auch die Rolle eines Lehrmeisters – sowohl in der Kunst des Jagens als auch im Überleben. Ihre Andersartigkeit, das Unverständene daran, überstieg den menschlichen Verstand und mutete geheimnisvoll und überwältigend an. Tiere schienen Wesenszüge des Göttlichen in sich zu tragen.

Die Naturvölker glaubten daran, dass sich in Naturerscheinungen, aber vor allem in Tieren höhere Wesen zeigten. Kelten, Germanen, Griechen und Römer – sie alle deuteten das Erscheinen von Tieren als Zeichen der Götter. Sie betrachteten sie als Boten oder heilige Anführer. In den alten Kulturen kannte man magische Mittel, um mit den Wesen aus der Geister- und der göttlichen Welt zu kommunizieren. Mit der Rassel der Klapperschlange oder mit Muscheln beschwor man zum Beispiel die Kräfte des Windes oder des Morgensterns.

PATRONIN DER GEBÄRENDEN

Ein für den Menschen besonders bedeutsames Tier in jener Zeit war der Bär. Der Höhlenmensch jagte ihn, wärmte sich mit seinem Fell, stärkte sich an seinem Fleisch, heilte Wunden und Krankheiten mit seinem Schmalz und trank sein Blut, um sich seine Kraft anzueignen. Den Kindern hängte er seine Krallen um den Hals, um sie mithilfe des Bärengests zu schützen. Der Bär galt als mächtig, als heilig. Er konnte Menschen vor Wölfen oder Säbelzähntigern schützen, ➡

*„Im Wald, im Wald! Da konnt ich führen
Ein freies Leben mit Geistern und Tieren;
Feen und Hochwild von stolzem Geweih,
Sie nahten sich mir ganz ohne Scheu.“*

Heinrich Heine (1797–1856)

ihn aber auch in seiner Existenz bedrohen. Sich ihm zu nähern war nicht leicht und nur den Tapfersten, Begabtesten vorbehalten.

Die Bärin, die in der heiligen Zeit der Wintersonnenwende in der Höhle ihre Jungen zur Welt bringt, stand als Symbol für den Geist der Großen Mutter, schreibt die Heilpraktikerin Susanne Fischer-Rizzi in ihrem Buch „Mit Tieren verbunden“. Noch bei den Griechen galt die Bärengöttin Artemis als Patronin der gebärenden Frauen. Bis heute spielen in der deutschen Sprache die Wörter *ge-bären* oder *Ge-bär-mutter* auf diese uralte Verbindung an. Auch im Englischen kann man einen Zusammenhang von Bärenmutter und Menschenfrau in *to bear a child* herstellen, was bedeutet, ein Kind zu gebären. Die Bärin gilt als gute Mutter, liebevoll und an Mut und Entschlossenheit kaum zu übertreffen, wenn sie Gefahr für ihre Jungen wittert. Unsere Vorfahren sahen in der Bärin ein Symbol für Mut und Kraft und für die Macht der Natur. Bis heute ist der Bär der König der Wildnis und das stärkste Tier in den nördlichen Wäldern.

SYMBOLIK, DIE KEINE SPRACHE BRAUCHT

Mit den Anfängen der Tierzucht und des Ackerbaus in der Jungsteinzeit veränderte sich auch das Verhältnis zwischen Mensch und Tier. Da der Mensch nun für sein Vieh sorgte, kehrte sich die Abhängigkeit um – aber die Nähe blieb. Unsere Vorfahren begannen durch Beobachtungen des tierischen Verhaltens, Vergleiche zu ziehen: Charakterzüge, Triebe, Seelenleben. Von jener Zeit an – bis heute – entwickelte sich daraus eine Tiersymbolik, die wir un-

bewusst noch immer verstehen. Zu finden ist sie in den Mythen alter Völker, sie begegnet uns im Märchen, aber auch in der Kirche und in religiösen Riten. Ja, sogar in unseren Träumen erscheinen uns Tiere, mit deren Bedeutung die Tiefenpsychologie sich zu befassen begann. Carl Gustav Jung (1875–1961), einer der Pioniere der Tiefenpsychologie, studierte Symbole und Mythen unterschiedlichster Kulturen und prägte den Begriff der Archetypen. Gemeint sind Urbilder, symbolische Figuren, denen wir bestimmte Eigenschaften zuschreiben, die Assoziationen in uns wecken. In diesem Zusammenhang spricht er vom kollektiven Unbewussten, um damit auszudrücken, dass der Mensch seit Generationen mit diesen Archetypen unabhängig von Kultur, Alter oder Sprache Ähnliches assoziiert. Tiere sind ein *Urarchetyp* der Menschheit. Deshalb prangen sie bis heute an Stadtwappen und Vereinsfahnen und streichen so besondere Eigenschaften einer Gemeinschaft heraus. Aber auch die Werbung bedient sich dieser alten universalen Symbolsprache bis in die Gegenwart: So wirbt die Kuh auf der Schokolade, der Tiger für die Kraft, die unsere Autos verbessert, oder das Krokodil auf unserer Kleidung.

Tiere wurden in früheren Zeiten zu Namensgebern, um über Tiernamen zu vermitteln, dass dieser Mensch eine besonders starke Lebenskraft besitze. Und ohne es zu wissen, tragen heute immer noch viele Menschen einen Tiernamen: Albert steht für den Bären, Cornelia für die Kuh oder Bertram für den Raben. Die alten Helfertiere sind also immer noch unter uns.

DIE SYMBOLIK DER TIERE

In alter Zeit war man überzeugt: Tiere halten Botschaften für und über uns Menschen bereit. Von glückbringenden Hasen, vorausahnenden Schwänen und listigen Raben.



DER WOLF

Bote der Dunkelheit

Charakterzüge: Kühnheit, Intelligenz, Jagdinstinkt, Hartherzigkeit, List, ungeselliges Außenseitertum, Streitlust, Ausdauer

Symbolische Bedeutung: finstere Seite des Unbewussten, Zentrum der Urängste, unbeherrschte Triebnatur

Altes Wissen: „Wolfsmonat“ bezeichnete man lange die Zeit vom 23. November bis zum 22. Dezember. Da verschlang der dämonische Wolf die lichtvollere Jahreszeit und verschleierte den Mond mit grauem Nebel. Wölfe galten zwar als gefährlich, man ehrte sie aber für ihre Tapferkeit und ihren Freiheitswillen.

Bis ins 16. Jahrhundert wurde etwa im Wiener Stephansdom zur Christmette der „Wolfssegen“ erteilt. Denn im Winter soll man vor den Stadtmauern Wiens Wölfe auf Nahrungssuche heulen gehört haben.

Der Wolf symbolisiert die Dunkelheit und das Böse. Im Mythos umgeben den Wolf stets ambivalente Züge. „Wölfe im Schafspelz“ heucheln Harmlosigkeit vor und gelten als heimtückisch.

DER HIRSCH

Meister der Heilpflanzen

Charakterzüge: Schnelligkeit, Würde, Schönheit, Einzelgängertum, Stolz, Gutmütigkeit, Dankbarkeit, Sanftmut, Feingefühl

Symbolische Bedeutung: Wandlungskraft, Intuition, Bote höheren Bewusstseins, Potenz, Wachstum

Altes Wissen: Der Hirsch galt als Tier der Sonne. Weil sein Geweih mit dem Rhythmus der Sonne und der Pflanzen im Jahreskreis wächst, hat man ihn mit dem Wachstum der Pflanzen in Verbindung gebracht. Ähnlich wie Pflanzen wächst sein Geweih im Frühling schnell heran, und im Sommer, zur Erntezeit, erreicht es seine volle Größe.

Im europäischen Raum glaubte man, dass der Hirsch der beste Kenner von Heilpflanzen ist. Deswegen gibt es heute noch in manchen Städten eine Apotheke „Zum Hirschen“. Der einzelgängerische Hirsch symbolisiert Zurückgezogenheit und Weisheit, er verspricht aber auch Wohlstand und Glück.



DER SCHWAN

Wandler zwischen den Welten

Charakterzüge: Schönheit, Anmut, Melancholie, Ernst, Unnahbarkeit, Ahnungsvermögen, Verliebtheit, Streitbarkeit

Symbolische Bedeutung: Intuition, Inspiration, mangelnde Selbsteinschätzung, geringe Bodenhaftung, Sehnsucht nach Erneuerung

Altes Wissen: Schneeweißes Gefieder, roter Schnabel, schwarzer Höcker: Mit den Farben der dreifachen Muttergöttin war der Schwan für die Kelten und andere Waldvölker ein Wesen der Zwischenwelt. Nicht ganz auf der Erde, sondern mehr im Wasser und in der Luft.

Schwäne vermitteln an der Grenze von Diesseits und Jenseits. Ein Schwan soll sein nahendes Ende erahnen können. Daraus leitet sich der Ausspruch ab „Es schwant einem etwas“, wenn wir etwas vorausahnen. Schwäne strahlen Schönheit und Anmut aus. Sie vermitteln aber auch Einsamkeit, verlieren schnell die Contenance und gehen zum Angriff über.

DAS RIND

Wohlstand und Glück

Charakterzüge: Stärke, Ausdauer, Fleiß, Friedfertigkeit, Gelassenheit, Treue, Unbeweglichkeit

Symbolische Bedeutung: Kraft innerer Ruhe, Passivität, Antriebslosigkeit, Engstirnigkeit

Altes Wissen: Die Kuh symbolisierte Fülle und Weiblichkeit und stand für Entstehung und Erhaltung des Lebens. Mit ihrer stoischen Ruhe, dem abgeklärten Gleichmut und der von Rindern ausgehenden Stallwärme boten die gutmütigen Wiederkäuer ein Bild der Geborgenheit. Mit dem Stier verband man die Kraft der Schöpfung, Lebensenergie und männliche Zeugungskraft.

Bis ins Mittelalter dienten Rinder regional als Währung. Der organisierte Raub von Rindern bedeutete eine Kriegserklärung und löste vielzählige Kleinfelden aus.



DER HASE

Erneuerung und Fülle

Charakterzüge: Schnelligkeit, Schlauheit, Friedfertigkeit, Wachsamkeit, Unruhe, Feigheit

Symbolische Bedeutung: spirituelle Wiedergeburt, Gefahren der Triebhaftigkeit, unvorhersehbare Verhaltensweisen

Altes Wissen: Der Hase galt als Symbol der Wandlungskraft. Als heiliges Tier des Frühlings vermittelt er die Erneuerung der Natur. Hasen zeugen das ganze Jahr über Nachwuchs. Ihr ausgeprägter Sexualtrieb charakterisiert auch den dämonischen Aspekt des Werdens: ungehemmtes Wachstum und raschen Wandel.

Im chinesischen Tierkreis gelten Hasengeborene als Glückskinder. Man spricht ihnen Heiterkeit, Gefühlsstärke und Einfühlsamkeit zu. In Fabeln ist das hakenschlagende Tier gewöhnlich ein schlauer Schelm, der Gegnern gegenüber Furchtsamkeit und Überlegenheit ausstrahlt.





DER RABE

Dunkler Geselle

Charakterzüge: Streitlust, Widersprüchlichkeit, Geschwätzigkeit, Lug und Betrug, Klugheit, Verräterei, aber auch Liebesfähigkeit

Symbolische Bedeutung: Beginn und Ende von Verwirklichung, Gedankenflug, Wandel zum Besseren

Altes Wissen: Kolkragen dienten den Seeleuten in frühester Zeit als Wetterpropheten und Kompass. Im alten Rom galten sie als allwissende Götterboten. Allerdings verkündeten sie meist schlechte Nachrichten.

Rabe und Wolf begleiteten die Totengötter wie Schatten und konnten dabei zu Seelengeleitern werden. Als Aasfresser galten sie als genährt vom Grauen, und man zollte ihnen Respekt für ihre Nähe zum Tod.

In der keltischen Kultur hingegen stand der Rabe für Schutz, Weisheit, Heilung und Wandlung. Der schlaue Rabe kann übrigens auch sprechen – bis heute kennt man 250 verschiedene Lautäußerungen in seiner Rabensprache. Er gilt auch als listig, witzig, spaßig und geschickt.

DER BÄR

Unendliche Mutterliebe

Charakterzüge: Kampfgeist, Schläuheit, Bequemlichkeit, Würde, Gutmütigkeit, Führungsstärke, Hilfsbereitschaft, Zurückgezogenheit

Symbolische Bedeutung: Innenschau und innerliche Gefestigkeit, Kraft der Urinstinkte

Altes Wissen: Bei den Waldvölkern galt er stets als Häuptling und König der Tiere. Dem Bären schrieb man Stärke und Intelligenz zu. Kurz vor seinem Winterschlaf, schwängert er die Bäarin, die mit dem Erwachen im Frühling das neue Leben, die Bärenkinder, mit sich führt. Dies war Sinnbild für den ewigen Kreislauf der Natur.

Die Bäarin war Symbol für Mutterliebe. Bärenmilch, so war man überzeugt, gäbe besonders viel Kraft. Die vielen Rollen des Bären – von der fürsorglichen Mutter über den mutigen Kämpfer bis zum brummigen Verwandten – vereinen sich im beliebten Teddybären.



Erfolgsrezept. Erfahrung, Freude am Ausprobieren und über Jahrzehnte gesammeltes Wissen machen aus Ingrid Kleindienst-John eine gefragte Kräuterfrau. Hier mörstert sie Rosen für eine Pflanzentinktur.



UNSERE
KRÄUTERFRAUEN

TEIL XXV

*Ihr Leben, ihre Weisheiten,
ihre Rezepte*

WUNDERSAME WASSER

Im Heißluftballon erkundete Ingrid Kleindienst-John die Welt von ganz oben. Sie liebt aber auch, was ganz unten wächst: Blumen, Kräuter und Wurzeln, deren flüchtige Schönheit und Heilkraft sie in Wässern konserviert.

TEXT: SILVIA PFAFFENWIMMER FOTOS: JULIA ROTTER

Entblätterte Zweige hanteln sich am Hauseingang hoch, eine letzte, schon ein wenig müde Rosenblüte lugt durchs dornige Geäst. Ingrid Kleindienst-John, mit grauem Haar und wachen Augen, steht in der Tür ihres Hauses. Überragt von einer mächtigen Linde und überhaupt ein wenig eingewachsen, duckt es sich unweit von Rax und Schneeberg in die hügelige Landschaft Niederösterreichs. Ein Refugium, wie geschaffen für eine Kräuterfrau.

Eine solche ist Ingrid Kleindienst-John, und das schon seit vielen Jahren. „Die Beschäftigung mit der Natur war immer schon da“, sagt die gebürtige Wienerin. An den Wochenenden zog es ihre Familie zum Bärlauchpflücken und Schwammerlsuchen hinaus in den Wienerwald. Etwas Besonderes waren die Ausflüge mit Wahlonkel und Wahl tante, zwei mit den Eltern befreundeten Botanikern. „Wenn ich brav war, durfte ich mitgehen, frei nach dem Motto ‚Du hältst den Hund und hältst den Mund‘“, erinnert sich die 71-Jährige mit einem Lachen. Gebracht haben ihr die naturkundlichen Spaziergänge dennoch viel: Die

Wahlverwandtschaft wusste zu jedem Kraut und zu jeder Pflanze eine Geschichte, und Klein Ingrid sog sie begierig auf.

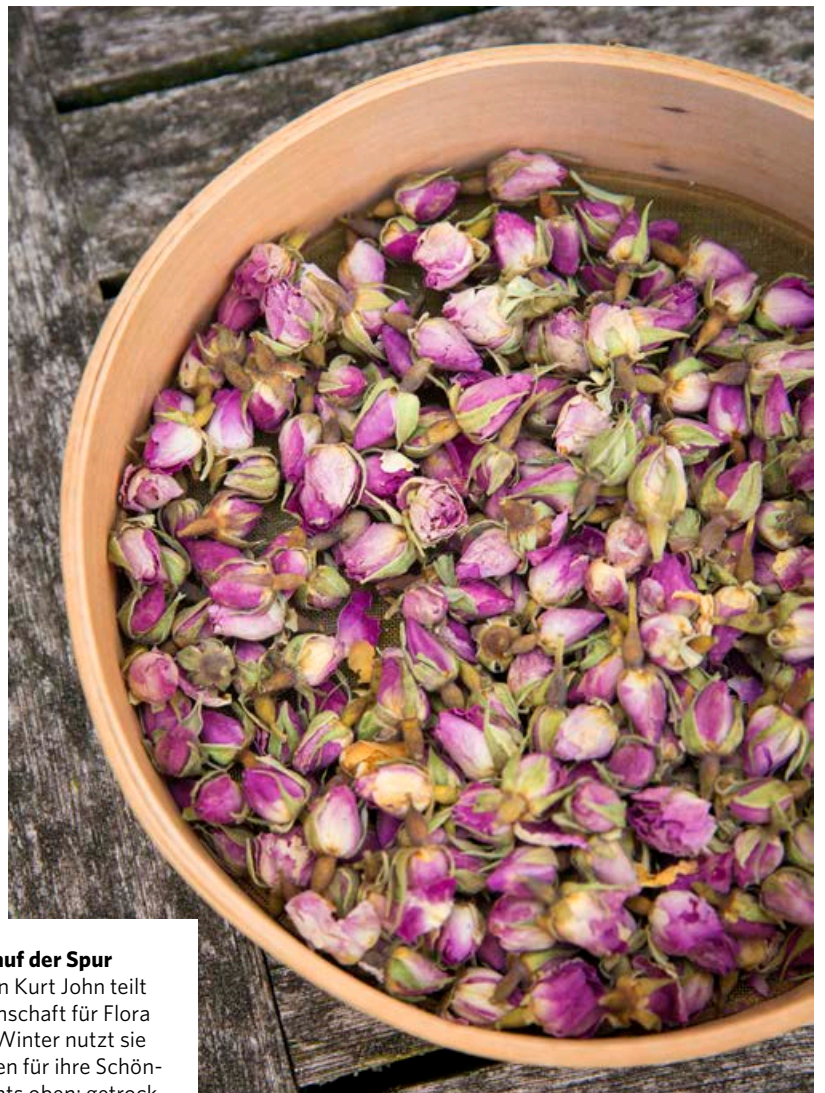
Heute ist Ingrid Kleindienst-John selbst für ihr umfassendes Pflanzenwissen bekannt. Besonders angetan haben es ihr ätherische Öle und Hydrolate, die sie aus Blüten, Blättern und Wurzeln destilliert. Anfangs noch mit einer selbst gebauten Glasdestille, wie sie ihre Schwestern im Chemieunterricht verwendet hatten. Mittlerweile ist sie bestens ausgerüstet und eine gefragte Expertin auf dem Gebiet.

DIE FRAGE NACH DEM WARUM

Vor 20 Jahren gründete Ingrid ihr eigenes Institut, die „Aromaexperten“. Dort bietet sie fundierte Ausbildungen zu Aromatherapie und Aromapflege an. „Mir geht es im Wesentlichen um zwei Dinge: Was kann die Pflanze, und warum kann sie was? Ich will das Prinzip dahinter verstehen, will erforschen, warum volksheilkundlich verwendete Pflanzen tatsächlich wirken“, sagt die Kräuterfrau, während sie in ihrer gemütlichen Küche eine Kanne Tee aufbrüht.

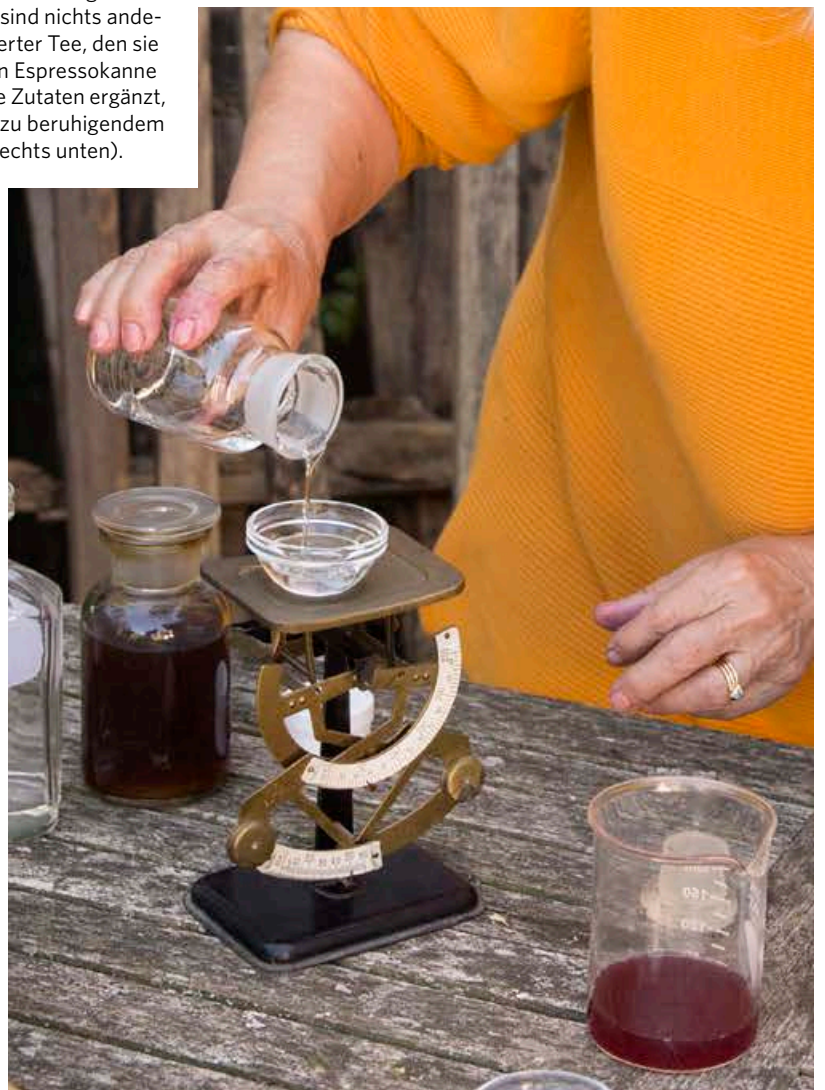
Manches freilich könne man nicht in Zahlen und Fakten fassen, eine Esoterikerin sei sie deshalb aber noch lange nicht, sagt Ingrid. Ganz im Gegenteil: Ihr Mann Kurt, selbst kräuterkundig und naturerfahren, müsse sie manchmal daran erinnern, in ihren Büchern die Dinge nicht gar zu wissenschaftlich zu benennen. Neun einschlägige Werke aus ihrer Feder gibt es bereits, Buch Nummer zehn ist in Arbeit. „Wenn ich im Schreibmodus bin, vergesse ich die Welt – dann muss sich mein Mann ums Essen kümmern“, sagt Ingrid.

Auch bei Kräuterspaziergängen sind die beiden ein eingespieltes Team. Kurt ist der Experte für Bäume, Sträucher und Tiere, Ingrid konzentriert sich auf die kleinen Pflänzchen am Boden. Wer mitwandern will, muss sein Mobiltelefon ausschalten, die Augen offen halten und die Ohren spitzen. Und auch mittun: „Berieselt wird hier niemand“, sagt Kurt John. Dafür hat man dann am Ende richtig was gelernt, etwa dass der blaue Eisenhut schon beim bloßen Angreifen tödlich giftig sein kann oder der allgegenwärtige Breitwegerich ➡



Der Natur auf der Spur

Mit ihrem Mann Kurt John teilt Ingrid die Leidenschaft für Flora und Fauna. Im Winter nutzt sie getrocknete Blüten für ihre Schönheitswässer (rechts oben: getrocknete Rosen). Die sind nichts anderes als konzentrierter Tee, den sie mit einer simplen Espressokanne kocht. Um weitere Zutaten ergänzt, wird das Wasser zu beruhigendem Rosen-Gel (rechts unten).



destilliert eine passable Mundspülung bei Erkältungen ist. Dass Kastanien auf Urge- steinsböden wachsen und Föhren auf Kalk und man die Landschaft lesen kann, wenn man nur ihre Zeichen versteht.

Alte Wege zu verlassen, Neues zu wagen und zu entdecken, gehört zur Lebensein- stellung der Aromaexpertin. Ihren Mann etwa hat sie nicht zu ebener Erde, sondern im Zuge ihrer beider Leidenschaft fürs Ballonfahren kennengelernt. „Er suchte jemanden, der ihn verfolgt, ihn also am Ziel mitsamt Ballon wieder auflieft. So fing es an“, erinnert sich Ingrid.

SCHÖNHEIT AUS DER KAFFEEKANNE

Etwas unorthodox mutet auch die Zuberei- tung ihrer „Schönheitswässer“ an, konzen- trierter Blüten- und Kräutertees, die sie mithilfe einer Espressokanne extrahiert. Statt Kaffee kommen Rosenblüten, Gänse- blümchenköpfe, Erdbeerblätter oder Ros- maringrün in den Filter. Eine einfache und schnelle Methode, die Pflanzen ihrer In- haltsstoffe zu berauben, ohne kompliziert mit einer Destille hantieren zu müssen. Auch hierzu hat Ingrid ein Buch geschrie- ben, vor allem aus dem Antrieb heraus, ein für alle Mal den Unterschied zwischen Tee und Hydrolat klarzustellen.

„Tee hat eine ähnliche, aber nicht die gleiche Wirkung wie ein Hydrolat. Das Hydrolat ist sauberer, enthält keine Schweb- stoffe und ist viel länger haltbar. Dafür ist das Schönheitswasser in der Kanne schnell gemacht und in seiner konzentrierten Form ein wunderbares Mittel für die Schönheits- pflege“, sagt die Expertin. Äußerlich ange- wendet, wohlgeriekt; trinken würde Ingrid ihre Schönheitswässer nicht.

Und so experimentiert sie weiter munter drauflos und ergründet mit viel Wissens- durst die Inhaltsstoffe ihrer Probanden. Denn die, sagt Ingrid, interessieren sie am meisten. „Am allerliebsten sind mir die Gift- stoffe. Eibe, Efeu, solche Sachen“, ergänzt sie mit einem verschwörerischen Augen- zwinkern. Dann greift sie zur Teekanne und füllt die Tassen bis an den Rand.

✱ **Ingrid Kleindienst-John** lebt und arbeitet in Ternitz in Niederösterreich. Dort schreibt sie ihre Bücher, führt durch die Natur und organisiert ihre Ausbildungen zu Aroma- experten. Mehr unter: kleindienst-john.at



DUFTENDES ROSENWASSER

Beruhigt gereizte Haut

Das braucht man:

1-2 Handvoll getrocknete Rosenblüten
1 Espressomaschine (nur für diesen Zweck verwenden)

So wird's gemacht:

Den unteren Teil der Espressomaschine bis zum Ventil mit Wasser füllen. Den Siebeinsatz einlegen und randvoll mit Rosenblüten füllen. Die Maschine zusammensetzen, auf den Herd stellen und erhitzen. So erhält man hoch- konzentrierten Rosenblütentee.

Das Rosenwasser eignet sich für beruhigende Kompressen. Dafür ein Gästehandtuch mit dem Tee tränken und für eine Weile **auf die Augen oder das Gesicht** legen. Für die Augenkom- presse gekühltes, fürs Gesicht ange- wärmtes Rosenwasser verwenden. Das Wasser hält im Kühlschrank 3-4 Tage.

Auf dieselbe Weise lässt sich auch **Thymianwasser** (bei unreiner Haut) oder **Rosmarinwasser** (bei Haarausfall) herstellen. Rosmarinwasser ist auch eine gute Basis für die **Duftlampe**. Vermischt mit 5 Tropfen ätherischem Zirben- oder Weißtannenöl und 10 Tropfen ätherischem Zitronenöl wirkt es antiviral und antibakteriell.

ROSEN-GEL

Spendet Feuchtigkeit

Das braucht man:

10 g Pflanzentinktur (1 Handvoll getrocknete Rosenblätter, 2-3 EL 40-prozentigen Korn oder Wodka)
8 g pflanzliches Glycerin
1 g Xanthan (Verdickungsmittel)
40 ml Rosenblütenwasser (siehe links)
3 Tropfen ätherisches Rosenöl
5 Tropfen ätherisches Grapefruitöl

So wird's gemacht:

Für die Pflanzentinktur die Rosen mit Alkohol übergießen und im Mörser oder mit dem Pürierstab zerkleinern; die Blüten sollen in möglichst kleine Partikel zerfallen. Dann zweimal durch einen Kaffeefilter abseihen. Die Tinktur mit dem Glycerin vermischen und Xanthan einrühren; eventuell einen Handmixstab verwenden, es sollen keine Klümpchen entstehen. Rosenwasser dazugeben, wieder gut umrühren, die ätherischen Öle unter- mischen und in einen Tiegel abfüllen. Das Gel ist bei Zimmertemperatur bis zu 3 Monate haltbar.

Rosenwasser und -gel befeuchten und **beruhigen die Haut** bei trockener Heizungsluft. Der feine Duft **vertreibt trübe Herbstgedanken**.

Karin Buchart

DIE NATUR-APOTHEKE



DER TEE DER KRÄUTERFEE

Sechs simple Zutaten. Mehr braucht es nicht, um den entwässernden und blutreinigenden 6er Tee der wohl bekanntesten Kräuterfrau Bayerns herzustellen: die Aschenbrennerin und ihr berühmtes Rezept zum Selbermachen.

ILLUSTRATIONEN: KERSTIN LUTTENFELDER

Eva Aschenbrenner war schon an die neunzig Jahre alt, als sie noch immer unermüdlich die Botschaften über ihre Heilkräuter verbreitete. Sie hat Heilpflanzen stets Unkräuter genannt, um auf die unscheinbaren regionalen Pflänzchen hinzuweisen, deren Wert leicht übersehen wird.

Die bekannte Kräuterexpertin aus Kochel am See war unglaublich überzeugend. Das konnte sie auch sein, denn ihre Rezepturen hat sie zuerst in der eigenen Familie erprobt – und dann weit über die Grenzen Oberbayerns hinausgetragen.

Eine ihrer Kräuterteemischungen hat besondere Berühmtheit erlangt: Es ist ihr 6er Tee. Beim Mischen dieser Rezeptur hat Eva Aschenbrenner an Blutreinigung und Entwässerung gedacht, dafür wählte sie Brennnesselkraut und Birkenblätter. Bei den Brennnesseln betonte sie stets auch deren blutbildende Wirkung, die möglicherweise mit der großen Menge an Chlorophyll zusammenhängt, die in ihnen steckt. Das grüne Chlorophyll der Pflanzen ist dem roten

Hämoglobin in unserem Blut sehr ähnlich. Birkenblätter sorgen für sanfte Entwässerung, sie aktivieren die Nieren. Auch der Schafgarbe, dem dritten Kraut im 6er Tee, wird reinigende Wirkung zugeschrieben. Die Schafgarbe lässt mehr Verdauungssäfte fließen und sorgt für gute Durchblutung, auch in den ganz feinen Kapillaren.

KRAUT FÜR SCHÖNE GEDANKEN

Das Johanniskraut dagegen macht mit seinen strahlend gelben Blüten den Eindruck, als ob es die Sonne eingefangen hätte. Und tatsächlich bringt dieses Kraut viel Licht in die dunkle Jahreszeit, es macht uns lichtempfindlicher. Ein schöner Gedanke, wenn der Nebel duster über den Häusern hängt. In manchen 6er Tees wird Johanniskraut durch Melisse ersetzt. So wirkt der Tee eher beruhigend als aufheiternd.

Die spezielle Stärke der Ringelblume wiederum hilft uns bei der Regeneration. Sie erleichtert die Zellteilung und damit die Bildung neuer Zellen. Eva Aschenbrenner

verwendete das ganze oberirdische Kraut der Ringelblume, auch Blätter, Stängel und Blütenköpfe mitsamt ihren Kelchen.

Die letzte Zutat im Tee, die noch rötlichen jungen Walnussblätter, duften einzigartig, unterstützen die Leber und den gesamten Stoffwechsel. Als Gerbstoffdroge haben sie einen robusten Charakter und machen widerstandsfähiger.

Alle Zutaten des 6er Tees können gut selbst gesammelt, getrocknet und (ungefähr zu gleichen Teilen) gemischt werden. Dem Selbermachen hat die Aschenbrennerin, wie sie oft genannt wurde, stets auch eine zusätzliche Wirkung auf Körper und Geist zugeschrieben.

.....
✳ **Karin Buchart** ist Kräuter- und Heilpflanzenexpertin und Lehrbeauftragte an der Universität Salzburg. In ihrem Buch „Hausmittel“ (Servus Verlag, 28 Euro) verrät sie wirkungsvolle traditionelle Heilrezepte. Erhältlich über servusmarktplatz.com



Walnussblatt

wirkt zusammenziehend
und hemmt Entzündungen



Schafgarbe

lässt die Sekrete fließen



Brennnessel

entwässert mit viel Kalium



Johanniskraut

hebt die Stimmung



Birkenblätter

aktivieren die Niere



Ringelblume

heilt Wunden innerlich und äußerlich



6ER-TEE-REZEPT

*fördert die Regeneration,
stärkt die Verdauung
und den Stoffwechsel*

ZUTATEN

- 1 Teil Brennnesselkraut
- 1 Teil Birkenblätter
- 1 Teil Schafgarbenkraut
- 1 Teil Johanniskraut
- 1 Teil Ringelblumenblüten
- 1 Teil Walnussblätter

ZUBEREITUNG & ANWENDUNG

Vier gestrichene Esslöffel der getrockneten Kräutermischung mit einem Liter kochendem Wasser übergießen und anschließend noch einmal aufkochen. Zudecken, zehn Minuten ziehen lassen und dann abseihen. Kurmäßig sechs Wochen lang täglich einen Liter davon trinken.



HOCH DIE FÜSSE

Sie stützen, federn und balancieren: Unsere Füße spielen eine tragende Rolle.
In der kühlen Jahreszeit dürfen wir ihnen eine Pause gönnen.
Zeit für ein Verwöhnprogramm.

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

Sie sind das Fundament des Körpers und mit jeweils 20 Muskeln, 100 Bändern und 26 Knochen ein wahres Wunderwerk. Weil unsere Füße für einen gesunden Bewegungsapparat so wichtig sind, benötigen sie das ganze Jahr über sorgsame Pflege. Jetzt im Herbst, wo es vor dem Kachelofen am gemütlichsten ist, dürfen wir die Füße hochlegen und ihnen eine Auszeit gönnen. Wir haben dafür eine wunderbare Fußcreme gerührt, die die Haut

regeneriert, widerstandsfähig macht und durch die sanfte Massage ganz tief auf unser Wohlbefinden wirkt. Lanolin hilft bei rissiger und trockener Haut, es wirkt rückfettend und macht sie widerstandsfähiger. Bienenwachs unterstützt die Zellregeneration, Nachtkerzenöl versorgt mit Feuchtigkeit und wertvollen Fettsäuren, und Hagebuttenöl ist reich an Vitaminen und Mineralstoffen, die Voraussetzung für schöne gepflegte Haut sind.

Rezept

Nährende Pflegecreme

ZUTATEN für einen 100-ml-Tiegel

12 g Lanolin
6 g Bienenwachs
7 g Kakaobutter
18 g Wildkräuterauszug (z. B. mit Schafgarbe, Johanniskraut, Melisse, Lavendel)
20 g Kräutertee
5 g Urea (Harnstoff)
1 Messlöffel (ML) oder 2,5 ml Nachtkerzenöl oder Hagebuttenöl
½ ML (1,25 ml) Vitamin-E-Acetat
1 ML (2,5 ml) Johanniskrauttinktur
10 Tropfen ätherische Öle (z. B. Lavendel, Latsche, Schafgarbe)

Gut zu wissen: Für einen selbst gemachten Wildkräuterauszug eine Handvoll Kräuter (z. B. Schafgarbe, Johanniskraut, Melisse, Lavendel) in ein Schraubglas geben, mit ca. 250 ml Olivenöl übergießen, mit Leinentuch bedecken und drei Wochen stehen lassen. Alternativ nimmt man Johanniskraut- oder Lavendelöl oder kauft sich einen Auszug.

ZUBEREITUNG

1. Lanolin, Bienenwachs, Kakaobutter und Wildkräuterauszug in ein Becherglas geben. Bei ca. 70 °C im Wasserbad schmelzen (Wasser in einen Topf füllen, das Becherglas hineinstellen, wärmen).
2. Kräutertee in einem extra Becherglas im Wasserbad auf 70 °C erwärmen, dann den Harnstoff dazugeben und erneut auf 70 °C erwärmen.
3. Sofort den Kräutertee mit Urea in das erste Becherglas (Lanolin etc.) vorsichtig, aber zügig einrühren. Die Wirkstoffe

(Nachtkerzenöl, Vitamin E, Johanniskrauttinktur, ätherische Öle) bei handwarmer Temperatur hinzugeben. Weiterrühren, bis alles abgekühlt ist, und in geeignete Gefäße füllen.

Wichtig: Fettphase und Wasserphase müssen unbedingt dieselbe Temperatur haben, sonst setzt sich später das Wasser in der Creme ab (passiert das, einfach die Creme aufrühren und die Flüssigkeit ableeren).



▶ Video mit Anleitung unter servus.com/natuerlichschoen

Die TOPFGÜCKER

Original Houdek Kabanos - Heiß geräuchert. Heiß begehrt.



Mein Bissen Bayern.

LECKERE REZEPTE AUF WWW.HOUDEK.BAYERN/REZEPTE





UNSER GARTEN IM NOVEMBER

VON VERONIKA SCHUBERT

DIE NATUR ALS GOLDSCHMIED

Nachdem die papierdünnen Fruchthüllen der **Lampionblumen** (*Physalis alkekengi*) ihre Farbe verloren haben und verwitern, bleibt ein filigranes **Meisterwerk aus feinen Adern** zurück. Bei Reife glitzern sie wie aus Golddraht gewebt. Die **orangerote Farbe der Frucht** im Inneren hält bis weit in den Winter; die Pflanzen werden erst **im Frühjahr zurück-geschnitten**. Jetzt aber können **Wurzelstücke entnommen** und **frisch gepflanzt** werden. Die Ausläufer treibenden Lampionblumen lassen sich nämlich leicht vermehren. Ihr Ausbreitungsdrang ist sogar so groß, dass man sie mit **Wurzelsperren** im Zaum halten sollte.



EIN MÄNNCHEN STEHT IM GARTEN

In freier Landschaft sieht man sie oft entlang von **Wanderwegen** oder **Bachufern**: aufgetürmte kegelförmige **Steinskulpturen**, auch **Steinmanderl** genannt. In früheren Zeiten dienten sie als **Wegmarkierungen** oder sollten Verbundenheit zu einem Ort zeigen. Viele Gartenfreunde lassen sich heute von diesen archaischen Figuren inspirieren und gestalten **Blickfänge in Form von Türmen oder Kegeln**. Die Steinmanderl – am besten aus **regionalem Gestein** – setzen Akzente und verändern Perspektiven; dadurch kommen sie im kahlen Novembergarten besonders gut zur Geltung. Außerdem wird einem beim Schlichten **schön warm**.

FRISCHES GRÜN AUS GEMÜSE-RESTEN

In seiner **Knolle** speichert der Sellerie Nährstoffe und Keimkraft. Das kann man sich in der Küche zunutze machen: Dazu legt man den abgeschnittenen, etwa 4 cm hohen **Kopfteil** (die jungen Triebe in der Mitte stehen lassen) der Knolle in eine Schale und gießt mit handwarmem Wasser etwa 1 cm auf. Wenn die Knolle alles aufgesaugt hat, wird nachgefüllt. Schon bald sprießt **frisches Blattgrün** für Suppen, Saucen und zum dekorativen Drüberstreuen. Mit etwas Glück bringt man die Pflanze über den Winter und kann sie dann im Beet einsetzen. Knollen wird sie keine mehr bilden, Stauden aber schon.



*Hat Martini (11. November)
einen weißen Bart,
wird der Winter lang und hart.*

Bauernregel

WAS JETZT ZU TUN IST

- Auch im November ist bei offenem Boden und milder Witterung immer noch eine durchaus gute Pflanzzeit. Mit **Blumenzwiebeln** lässt sich bereits jetzt der leuchtende Frühlingsauftakt vorbereiten. Für ein buntes Erscheinungsbild wirft man die Zwiebelvielfalt einfach aus einem Korb in die Luft und pflanzt sie dort ein, wo sie hingefallen sind.
- **Laub** braucht nur vom Rasen entfernt werden, unter Sträuchern und in Beeten dient es als Winterschutz und nährstoffreiche Mulchschicht.
- Dreht man an **Mangold** nur die äußeren Blätter ab, wächst das Herz weiter und liefert bis zum Wintereinbruch Nachschub. Die Pflanzen zur Sicherheit mit Laub und Reisig schützen.
- Nicht alle **Topfkräuter** halten ab jetzt Winterpause. Salatkräuter beispielsweise können auch im Schnee noch gut geerntet werden, nur wärmeliebenden Kräuter wie Thymian, Lavendel und Rosmarin brauchen einen Winterschutz. Grundsätzlich sollten aber alle Kästen und Töpfe vor Frost geschützt werden, damit sie nicht auffrieren.

RIVIERA IM SEEWINKEL

Eigentlich träumte Thomas Amersberger von einem englischen Garten. Doch als er dann sein Stück Traumland nahe dem Neusiedler See fand, machte ihm das pannonische Klima einen Strich durch die Rechnung.

TEXT RUTH WEGERER FOTOS CHRISTOPH BÖHLER



Flammender Herbst
Monat für Monat bietet der Garten seine Höhepunkte. Wenn im November das Laub fällt, wie hier vorm Haus vom Mandelbaum, sind Immergrüne wie Libanon-Zeder und italienische Zypressen neben wogenden Gräsern eine wahre Augenweide.

Fast mucksmäuschenstill ist es hier. Das kleine Dorf im Seewinkel liegt verlassen in der Mittagssonne. Alles scheint unauffällig. Doch ragen da nicht hinter einer grauen Mauer ungewöhnliche Bäume auf? Sind das vielleicht Zypressen oder gar Palmen, und wenn ja, wieso gedeihen die gerade hier?

Ein strahlender Thomas Amersberger öffnet das Gartentor – und augenblicklich verschwindet die reale Welt. Sogar jetzt, in der trüberen Jahreszeit, blühen hier noch letzte Astern und Chrysanthemen, hohe Gräser wiegen sich im Wind, goldene Kakifrüchte leuchten von kahlen Ästen. Und aus den Gemüsebeeten, die verstreut mitten im Garten liegen, werden letzte Rüben geerntet. Ein ungewöhnliches Gartenbild zeigt sich auf 4.500 Quadratmetern dem staunenden Besucher. Eine exotische Gartenlandschaft mit winterharten Kakteen, letzten Salbeiblüten, Yuccas und Rosensträuchern zwischen außergewöhnlichen Gehölzen.

HEISSE LUFT UND KALKHALTIGES WASSER

„Schon als Kind hatte ich meine eigenen Beete“, erzählt Thomas Amersberger, „und neben meiner Arbeit als Künstleragent träumte ich immer vom eigenen Garten.“ Den konnte er sich vor 17 Jahren nahe Pamhagen unweit des Neusiedler Sees mit einem großen, jungfräulichen Grundstück erfüllen.

Thomas hatte keine Zeit zu verlieren: „Ich brauch jetzt meinen Garten, jetzt sofort, sonst erlebe ich die Bäume, die ich pflanze, nicht mehr, wenn sie wirklich groß sind“, dachte er damals. Seine Leidenschaft galt von jeher mediterranen Pflanzen, doch auch englische Gärten hatten es ihm angetan. Doch: „Die heiße pannonische Luft, das kalkhaltige Gießwasser und der Sandboden machten meine Wünsche unerfüllbar; man muss wirklich immer mit der Natur arbeiten, den Sturkopf und das ➤



Erntezeit. Sein Gemüse, etwa die Roten Rüben, pflanzt Thomas nach einigen Experimenten wieder traditionell in Reih und Glied mit genügend Abstand an, dadurch kann das Erdreich mit der Harke gelockert und das Unkraut händisch entfernt werden.

Reißbrett vergessen“, sagt er. Und so entwickelte der kreative Gärtner im Laufe der Jahre seinen eigenen, ganz besonderen Garten, der sich stets dem pannonischen Klima fügte. Statt der üblichen Staudenbeete findet man grüne Hügel und bunte Blumenwiesen.

Die abwechslungsreiche und vor allem üppige Bepflanzung lässt wenig Platz für lästiges Unkraut und macht dem Gärtner die Arbeit dadurch sogar ein wenig leichter. Gleichzeitig bietet das Dickicht ausreichend Nahrung und Unterschlupf für heimische

Wildbienen, Schmetterlinge, Heuschrecken und Gottesanbeterinnen, aber auch für Vögel und Kleintier.

Ungewöhnlich mutet neben den trockenheitsverträglichen Pflanzen auch die Gestaltung der weitläufigen Gartenfläche an. Beim Aushub des Schwimmteichs blieb genug Material über, um einen Hügel aus dem vorhandenen Sandboden anzulegen. Mit Steinen aus der Umgebung wurde am Südosthang des Hügels eine Legesteinmauer gebaut und Wüstenyuccas, winterharte Agaven und viele mediterrane Kräuter ge-

pflanzt. Rosmarin, Salbei, Thymian, Oregano und Ysop ließen einen Duftgarten entstehen, der sich an den Pflanzengesellschaften des Mittelmeerraumes orientiert. Da die Erfahrung zeigte, dass der reine Sandboden viele Pflanzen nicht anwurzeln ließ, ging Thomas dazu über, Hügel aus Schotter und anderem groben Material zu schaffen. Praktischerweise lieferte die Renovierung des alten Hauses Bauschutt und Sandsteine, die sich weitaus besser eigneten. Dieses Material nahm die Feuchtigkeit besser an und konnte sie auch länger ➡



Tierleben. Die Gottesanbeterin (links oben) turnt gerne auf der Agave. Rechts daneben eine *Lagerstroemia* oder Kreppmyrte im Herbstkleid. Links unten die Chrysantheme „Gold Laced“, eine flammende Herbstschönheit. Doch nicht nur Blätter und Blüten, auch interessante Früchte bietet der Herbst: Rechts unten leuchten Granatäpfel im Sonnenlicht.





Eingerahmt. Feigenbaum, Wüstenyucca, italienische Zypressen, ein Judasbaum mit leuchtend gelbem Laub, viele Gräser wie Chinaschilf und Rohrkolben im Vordergrund bilden den natürlichen Rahmen des Teichs.

speichern. Im Laufe der Jahre stellte sich heraus: Je mehr der Boden abgemagert wird, desto größer und reicher blühend werden die Pflanzen. Im Schotter, angereichert mit sandiger Gartenerde in den Pflanzlöchern, entstanden wahre Blütenteppiche ungewöhnlicher Gewächse, die rege von glücklichen Insekten besucht werden.

Doch in der ersten Euphorie hatte der begeisterte Gärtner doch etwas zu dicht gepflanzt, durch die überzähligen Pflanzen bildeten sich immer mehr Schotterhügel, die das Gartenbild nachhaltig veränderten.

Der studierte Landschaftsgestalter verdient seinen Lebensunterhalt zwar als ambitionierter Künstleragent, aber seine große Passion ist und bleibt der Garten. Über seltene und exotische Pflanzen hat er zahlreiche Artikel in Garten- und Fachmagazinen veröffentlicht, und 2017 erschien sein erster Gartenbildband: „Global Gardening“ mit Christoph Böhlers einfühlsamen Bildern vom pannonischen Garten quer durch die Jahreszeiten.

Ganz intensiv beschäftigt sich Thomas mit den Veränderungen des Klimas und mit

den Pflanzen, die durch die Erwärmung nun auch bei uns gedeihen. Sein Garten am Neusiedler See zeigt deutlich, wohin die Reise geht. Da wachsen winterharte Kakteen und Agaven neben Muskatellersalbei, Ginster und Rosen. Trockenheitsverträgliche Bäume und Sträucher liefern bereits reichlich Früchte und Blüten. Der neue pannonische Gartenstil gibt sichtlich schon einige Antworten auf viele Fragen.

.....
✳ **Für Interessierte:** Gartenführungen auf Anfrage unter office@amersberger.com



Thomas Amersbergers pannonischer Garten

Eine Mischung aus Kräutern, trockenheitsresistenten Blütenstauden, ungewöhnlichen Gehölzen aus aller Welt, ausgefallenen Nadelbäumen und vielen Gemüsebeeten finden sich hier auf 4.500 m².

WIE EIN KLEINES DORF

wirken die zwei Wohnhäuser. Ursprünglich waren es zwei Grundstücke, daher gibt es zwei Häuser, die genügend Platz für Wohnraum, Büros und Gästezimmer bieten.

WIE IM SÜDEN

gedeihen alte Feigenbäume entlang der Grundstücksgrenze. Verschiedene alte ungarische Sorten versprechen hohen Fruchtgenuss.

WIE IN ALTEN ZEITEN

steht eine „Tscharlake“ im Garten, ein traditioneller Maisspeicher zum Trocknen von Kukuruz. Heute lagert Brennholz darin.

WIE BEI DEN PROFIS

dient ein Glashaus dem Gemüseanbau. Hauptsächlich werden hier Tomaten großgezogen, aber auch Salat und anderes Gemüse genießen die Wärme im Gewächshaus.

WIE AUF DEN FELDERN

wurden Gehölze als Windschutz gepflanzt. Hier wehren Zedern und Arizona-Zypressen erfolgreich die Nordwinde ab.

WIE BEI DEN ALTVORDERN

gibt es im Garten einen Erdkeller. Darüber wurde ein Sandhügel aufgeschüttet und mit Aleppo-Kiefern und mediterranen Sträuchern bepflanzt.

WIE AM MITTELMEER

wurden vor der südseitigen Terrasse drei Hanfpalmen und ein Granatapfelbaum frei ausgepflanzt; sie gedeihen prächtig.

WIE IM PARADIES

teilt sich Thomas seinen Schwimmteich mit den Fröschen und Schlangen. Manchen Gästen gruselt's, den Naturgärtner freut's.

WIE GEZEICHNET

stehen Mittelmeerzypressen als architektonisches Zeichen in bestimmten symmetrischen Mustern.



René Freund

DER GARTENFREUND



KOSTPROBEN

Warum ich sitzengeblieben bin, die Nachbarin ein gebranntes Kind ist
und wir gemeinsam manchmal schlimme Gedanken hegen.

Getreide haben wir im Garten noch nie angebaut. Wahrscheinlich würde es sogar irgendwie wachsen, aber dann? Der Weg von der Getreidepflanze zum Brot gleicht einem Wunder. Welches Genie hat sich das alles einfallen lassen – dreschen, mahlen, Sauerteig, Salz, Gewürze, Feuerstelle, Backofen?

Dennoch überlegen wir, für nächstes Jahr Urkorn, Dinkel oder Roggen zu säen, die Nachbarin und ich, denn jetzt in der novembrig heimeligen Stube backen wir Brot. Das heißt, die Nachbarin bäckt Brot, und ich himmle sie dabei an. Sachen mit Teig rühre ich in jeder Hinsicht nicht an, das ist bei mir noch nie gut gegangen. Im Fach „Backen“ bin ich sitzengeblieben, so wie auf dem Blech alle meine Brote oder Kuchen. Am schlimmsten war eine Geburtstagstorte, die ich vor dem Backen mit Smarties verziert hatte. Sie sah aus wie der Fladen einer nicht sehr gesunden Kuh und konnte nur mittels Stichsäge geschnitten werden.

Ein gebranntes Kind ist allerdings auch die Nachbarin. Als sie nun nämlich das heiße, duftende Roggen-gewürzbrot aus dem Backrohr holt, möchte ich natürlich sofort kosten, bekomme aber eins auf die Finger. Denn sie hat einst mit Leuten zusammengewohnt, die von ihrem frisch gebackenen Brot die ganze Rinde weggegessen haben, weil die so gut und knusprig war. Traumatisierend auch ihre Geschichte vom Mandel-gugelhupf, den sie in der Früh gefertigt hat – und der am Nachmittag ohne Mandelkruste dastand. „So etwas möchte ich nicht mehr erleben“, seufzt sie, „koste es, wer da wolle.“

In Gasthäusern freilich gehören wir beide nicht zu den Kost-Verächtern, obwohl ja der Probierbissen von anderen Tellern als wenig nobel gilt. Letztens saßen die Nachbarin und ich bei unseren wunderbaren Wirtinnen im Ort. Sie bestellte ein Schnitzel und ich die gebratene Forelle. Schon beim Servieren bemerkten wir, dass wir eigentlich das Gericht des Gegenübers lieber hätten. Freilich wollte das keiner von uns zugeben, weshalb wir einander so lange Kostproben zuschoben, bis wir den Teller des anderen geleert hatten.

Besonders schlimm begab es sich im Sommer auf einer Kärntner Hütte, berühmt für ihren Kaiserschmarrn. Wir waren nach einer Brettljause satt für drei, die Nachbarin und ich, da wurde unseren deutschen Tischgenossen der Kaiserschmarrn serviert: zentimeterdicke, dampfende Stücke, fluffig, goldgelb und nach Vanille und Butterschmalz duftend. Wir wechselten einen Blick. „Schmeckt das so gut, wie es aussieht und riecht?“, fragte die Nachbarin und klimperte treuherzig mit den Wimpern. Netter Versuch, *nice try*, wie die Engländer sagen würden – die Deutschen aber nickten nur begeistert. Ganz klar, man kann nicht einfach seine Gabel nehmen und ein Stück Kaiserschmarrn von einem fremden Teller stehen. Aber der Gedanke daran lag so stark in der Luft wie der Duft nach Vanille und Butterschmalz.

✳ **René Freund** lebt als Schriftsteller in Grünau im Almtal in Oberösterreich. Zuletzt erschienen: „Swinging Bells“, Roman, Deuticke Verlag.



Johanna Paungger & Thomas Poppe

MONDKALENDER

1. November SO. *Stier*
Allerheiligen

Kiefer, Halsbereich • Wurzel • Salz

Der Allerheiligen-Grabschmuck hält dank des abnehmenden Mondes viel länger als sonst.

2. November MO. *Stier*

Mit Salbeitee gurgeln schützt vor Halsschmerzen. Rote Säfte verbessern das Blutbild, besonders Rote Beete.

3. November DI. *Zwillinge*
Schultern, Arme • Blüte • Fett

Heute endet der rückläufige Merkur. Das hilft, mit frischem Elan und neuen Ideen durchzustarten.

4. November MI. *Zwillinge*

An Zwillinge-Tagen fällt es manchmal schwer, Entscheidungen zu treffen. Meditieren kann dabei unterstützend sein.

5. November DO. *Krebs*
Brustbereich, Lunge • Blatt • Kohlenhydrate

Eine wichtige Grundregel im Mondkalender: Topf- und Kübelpflanzen immer nur an Blatt-Tagen gießen (Krebs, Skorpion, Fische).

6. November FR. *Krebs*

Krebs-Tagen sind ideal für Atemübungen an der frischen Luft. Dabei tief und lange ausatmen, das entspannt.

7. November SA. *Krebs*

Gymnastik für den Brustbereich nicht versäumen. Grüne Salate und Gemüse wirken an Blatt-Tagen nervenstärkend und bringen Energie.

8. November SO. *Löwe*
Herz, Kreislauf • Frucht • Eiweiß

Gartengeräte und leere Blumentöpfe reinigen und verstauen. Alles bleibt sauber und wird über den Winter nicht schimmelig.

9. November MO. *Löwe*

So manches Samenkorn kann jetzt noch im Garten gesammelt werden, etwa Brennnesselsamen für den Winter als Salatbeigabe.

10. November DI. *Jungfrau*
Verdauungsorgane • Wurzel • Salz

Jungfrau bringt immer die beste Energie, um Blumen und andere Zimmerpflanzen umzutopfen. Sie gewöhnen sich schnell an die neue Erde.

11. November MI. *Jungfrau*

Der Magen ist an Jungfrau-Tagen meist empfindlicher, deshalb wäre ein Fastentag empfehlenswert. Eine klare Suppe wäre eine gute Sache.

12. November DO. *Waage*
Hüftbereich • Blüte • Fett

Waage-Tagen sollten nie vorübergehen, ohne den Hüften etwas Gutes zu tun. Ihre Beweglichkeit ist sehr wichtig fürs allgemeine Wohlbefinden.

13. November FR. *Waage*

Am Nachmittag viel trinken (zwischen 15 und 17 Uhr), auch wenn es draußen kalt ist. In dem Fall wäre ein guter Kräutertee ideal.

14. November SA. *Skorpion*
Geschlechtsorgane • Blatt • Kohlenhydrate

Nasse, kalte Füße sind an Skorpion-Tagen oft Ursache für Blasenentzündungen. Nicht ohne temperierende Einlagen aus dem Haus gehen.

15. November SO. *Skorpion*
Neumond 6.06 Uhr

Wer den 3. November versäumt hat, heute ist noch mal ein guter Tag für einen Neubeginn. Der Mond gibt entsprechenden Rückenwind.

16. November MO. *Schütze*
Oberschenkel, Venen • Frucht • Eiweiß

Schütze ist für ein seltsames Phänomen bekannt: Man kann abends leichter als sonst in eine sorgenvolle Stimmung kommen. Dagegen kann man vorsorgen.

17. November DI. *Schütze*

Frische Bio-Früchte werden um diese Jahreszeit rar. Wer im Sommer Früchte und/oder Beeren eingelegt hat, sollte heute davon naschen.

18. November MI. *Steinbock*
Knie • Wurzel • Salz

An Steinbock melden sich manchmal die Knie mit leichten Schmerzen. Dehnungsübungen helfen gut als Gegenmittel.

19. November DO. *Steinbock*

Ein guter Tag, um die Haut mit Massagen oder einer Gesichtsmaske zu verwöhnen. Allerdings nicht für Eingriffe, es könnten Narben bleiben.

20. November FR. *Wassermann*
Unterschenkel, Venen • Blüte • Fett

Oft liest man, dass vor dem Winter alles gut eingegossen werden sollte. Das ist aber ganz besonders an Wassermann-Tagen falsch.

21. November SA. *Wassermann*

Auch das Gewächshaus in Ruhe lassen. Beine hochlegen, Tee trinken und sich freuen, dass der Mondkalender die Gartenarbeit so erleichtert.

22. November SO. *Wassermann*

Früh schlafen gehen ist besonders an Wassermann immer sinnvoll. Am nächsten Tag hat sich so manche Sorge in Luft aufgelöst.

23. November MO. *Fische*
Füße • Blatt • Kohlenhydrate

Adventsgestecke selber machen? Jetzt wäre der ideale Zeitpunkt, Material dafür zu sammeln oder zu besorgen, damit alles schön elastisch bleibt.

24. November DI. *Fische*

Alkohol schadet heute mehr als sonst. Auch zu viel Kaffee und Süßigkeiten führen schnell zu Kopfschmerzen.

25. November MI. *Widder*
Kopfbereich • Frucht • Eiweiß

An Widder tut eine ausgiebige Kopfmassage besonders gut. Nicht nur beim Haarewaschen, sondern auch zwischendurch.

26. November DO. *Widder*

Bis zum 30. November keine guten Tage für Eingriffe beim Zahnarzt. Nichts spricht aber gegen Routinekontrollen.

27. November FR. *Widder*

Ein Suppentag würde das Immunsystem stärken. Milchprodukte mit Konservierung dagegen sind an Widder-Tagen keine gute Idee.

28. November SA. *Stier*
Kiefer, Halsbereich • Wurzel • Salz

Salbeiblätter lassen sich auch im Winter noch gut sammeln und trocknen. Sie eignen sich ideal zum Räuchern in der Weihnachtszeit.

29. November SO. *Stier*

Glühwein in der kalten Jahreszeit hat sicherlich so manche Erkältung verhindert. Mit Keksen aber eher sparsam umgehen.

30. November MO. *Zwillinge*
Vollmond 10.28 Uhr
Schultern, Arme • Blüte • Fett

Heute ist ein idealer Fastentag. Wer beim Essen über die Stränge schlägt, setzt nämlich besonders schnell Gewicht an.

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.net. Fragen zum Mondkalender? E-Mail an vrz@aon.at

- Vollmond
- ☾ abnehmender Mond
- Neumond
- ☽ zunehmender Mond

GRÜN IN ALLE EWIGKEIT

Im Wald und im Garten sorgen die samtigen Polster und Teppiche der Moose für ruhige Stimmung und saubere Luft. Sie lassen Schattenecken im Winter leuchten und verzaubern Dächer, Hölzer und Gestein. Auch in der Bastelstube sind sie eine Zierde.

TEXT: JULIA KOSPACH



Weiche Waldböden

Moose suchen sich ihre besten Plätze selbst. Wenn's passt, kolonialisieren sie weite Flächen und bleiben für immer.

Bück dich und schau genau! So könnte ein kleiner gärtnerischer Ratschlag im Umgang mit Moosen lauten. Denn Moose sind allgegenwärtig und zugleich große Unbekannte. Oder eher: kleine Unbekannte. Man muss schon etwas in die Knie gehen, um den niedrigen Moospolstern wirklich näher zu kommen. Die Mühe aber lohnt sich, außerdem ist das Knien oder Sitzen im Moos angenehm weich. Moose nehmen es einem auch gar nicht übel. Im Gegenteil: Gelegentliche Gewichtsbelastungen fördern ihr Anhaften auf dem Untergrund.

Betrachtet man Moose einmal ganz aus der Nähe, eröffnet sich eine eigene Welt en miniature: Da sind etwa die knöchelhohen dunkelgrünen Minibäumchenwälder des Schönen Frauenhaarmooses. Oder die lustigen knotigen Würmchenformen vom silbrig glänzenden Birnmoos. Oder die kuschelweichen, nachgiebigen Samtpolster vom Weißmoos, das so heißt, weil sein sattes Moosgrün bei Trockenheit weißlich wird.

Moose sind winzige Dschungel voller Leben. Sie teilen sich ihren Lebensraum gern mit Pilzen, Flechten und Farnen und bieten herrlich feuchte Rückzugsorte für kleine Schnecken, Würmer, Käfer, Asseln und andere Insekten. Mäuse und Siebenschläfer finden im Moos beste Jagdgründe. Vögel wie Amseln, Buchfinken oder Zaunkönige zupfen sich vom Frühjahr an emsig Moosstücke aus und tragen sie in ihren Schnäbeln davon, um ihre Nester damit auszukleiden und laufend zu renovieren. ➡



Hort der Ruhe. Herbstliches Heidekraut, ein Bankerl, auf das noch Lichtflecken fallen, und steiniger Grund im Schatten: Hier fühlen sich Moose besonders wohl.

Natürlich nutzen auch wir Menschen Moose seit langem: Hildegard von Bingen sah in Baummoosen einen Ausfluss der Lebenskraft von gealterten Bäumen, die „*die Frische und Gesundheit, die sie eigentlich innerlich haben müssten, nach außen auf die Rinde*“ verlegen.

Abgekochtes Moos von Buchen, Apfel- und Birnbäumen empfahl die heilkundige Äbtissin zur Gichtbehandlung; Moos, das auf den Knochen von Toten wuchs, sollte die Lebenden vorm Dahinschwinden bewahren. Folgerichtig vertrieben manche Apotheken noch im 17. Jahrhundert „*Moos von Totenschädeln*“ als offizielle Medizin. Frauenhaar- moos-Arten waren bis ins 19. Jahrhundert

ein beliebtes Füllmaterial für Polster und Matratzen. Man machte auch Bürsten daraus und stopfte damit zugige Ritzen in Haus- und Hüttenwänden zu. Zum Volksnamen „Widertonmoos“ kamen die Frauenmoose, weil sie auch als gute Abwehrrpflanzen galten: Sie halfen „*wider das Antun*“ eines Schadzaubers. Verständlich, dass man sie sich gern ins Haus holte.

Man könnte also sagen: Im Moos wuselt Irdisches und Überirdisches gleichermaßen. Vielleicht kommt das auch daher, dass moosreichen, luftfeuchten Orten in der Natur stets etwas Verwünschenes und Zaubenhaftes anhaftet. So, als käme gleich ein Zwerg aus dem moosigen Boden hervorgekrochen.

Oder als könnte jederzeit eine Elfe auf einem moosbewachsenen Ast auftauchen.

LUFTVERBESSERER UND RUHEKISSEN

Ein wenig von dieser beruhigenden, mystischen Stimmung kann man sich auch in den Garten holen. Es ist vor allem die Gruppe der Laubmoose, die für die Gartengestaltung geeignet ist – anders als Leber- und Torfmoose.

Moose besitzen eine Besonderheit, die den meisten von uns nicht bewusst ist: Anders als andere Pflanzen versorgen sie sich über die Luft mit Wasser und Nährstoffen: Regen, Tau und Nebel sind ihre Hauptnahrungsquellen. Innere Leitungsbahnen, ➡

Neun Moose für den Garten und zum Dekorieren



**SCHÖNES
FRAUENHAARMOOS**
(*Polytrichum formosum*)

Das dunkelgrüne Moos besteht aus bis zu 20 cm hohen Stängeln in Bäumchenform, die dichte Polster bilden. Ein Moosgarten-Klassiker und guter Wasserspeicher.



SCHÖNSCHNABELMOOS
(*Eurhynchium striatum*)

Ein gutes Bodendecker-Moos für feuchte Ecken, das auf saurem wie auf kalkigem Boden gut gedeiht. Es überwuchert auch Steine und Holz und wächst in kleinen Polstern und flachen Matten.



ZYPRESSENSCHLAFMOOS
(*Hypnum cupressiforme*)

Ein echtes Alleskönner-Moos, das Morschholz, Baumstämme, Steine, Mauern und den Waldboden überzieht. An dunklen Tagen leuchtet es besonders giftgrün; sieht auch trocken noch frisch aus.



BRUNNENLEBERMOOS
(*Marchantia polymorpha*)

Eine häufige Moosart, deren Thallus (Fruchtkörper) an Palmen erinnert. Wegen seiner fungiziden Wirkung wird es gegen Hautpilze eingesetzt; im Garten Zeigerpflanze für hohen Stickstoffgehalt.



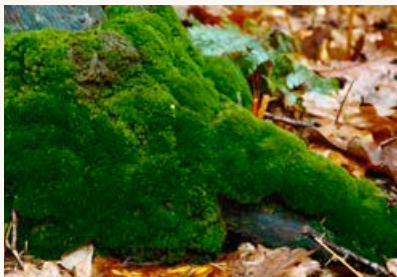
POLSTER-KISSENMOOS
(*Grimmia pulvinata*)

Ein weit verbreitetes Laubmoos, das auch in Städten auf Mauern und gepflasterten Straßen anzutreffen ist und seine graugrün schimmernde Farbe auch bei Trockenheit beibehält.



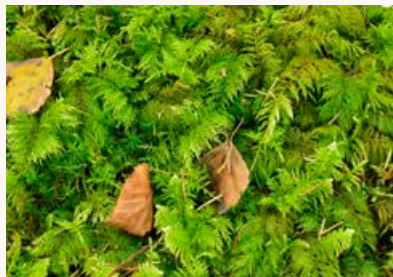
RUNZELPETER
(*Rhytidiadelphus squarrosus*)

Bei Rasenfreunden ist das bis zu 15 cm hohe Moos wenig beliebt, da es Gräser verdrängt und ganze Wiesen verfilzen kann; vor Kalk jedoch weicht es zurück. Es ist aber ein beliebtes Dekor-Moos.



WEISSMOOS
(*Leucobryum glaucum*)

Seine Samtpolster sind der Inbegriff von Moos – früher oft für Krippen verwendet; heute herrscht Sammelverbot im Wald. Im Garten- und Zoofachhandel (für Terrarien-Deko) gelegentlich erhältlich.



TAMARISKENMOOS
(*Thuidium tamariscinum*)

Der Name sagt es schon: Es ähnelt winzigen Tamarisken oder Thujen, zeigt ein schönes Hellgrün und ist ideal für vollschattige Gartenecken auf Waldboden, aus denen es hervorleuchten kann.



SILBER-BIRNMOOS
(*Bryum argenteum*)

Die nur 1 cm hohen, stickstoffliebenden Pflänzchen kommen gut mit gedüngten Böden und schadstoffreicher Stadtluft zurecht; das Moos überzieht gern Mauern, Pflasterfugen und Dächer.



Immergrüne Überwürfe.

Je nach Art siedeln sich manche Moose lieber auf Steinen, Lehm oder Holz an. Das erzeugt auf Gartenmäuerchen oder Stadldächern reizvolle Stimmungen.



über die vom Boden aus Nährstoffe in alle Pflanzenteile transportiert werden könnten, besitzen sie nicht.

ALLES GUTE KOMMT VON OBEN

Die kleinen Wurzeln, die an Moospolstern dranhängen, dienen nicht als Versorgungswege, sondern fast nur zum Festhalten am Untergrund. Ob Waldboden, Stein oder Mauer, ob Totholz oder Baumstamm, ob Straße oder Hausdach: Für Moose kommt alles Gute von oben, also aus der Luft. So versorgt, können manche Arten viele hundert Jahre alt werden.

Wie Schwämme saugen sie sich voll mit Feuchtigkeit, speichern große Mengen Was-

ser, halten diese lange und geben sie klein-weise wieder ab. So kommt es, dass sie perfekte natürliche Luftverbesserer sind. Sie regeln das Mikroklima, schützen durch ihre Schwammfunktion vor Überflutungen und Erosion und filtern nicht nur für sich selbst Nährstoffe aus der Luft, sondern auch für uns Schadstoffe und Feinstaub.

Mag sein, dass man sich auch darum in ihrer Gesellschaft so wohl und ruhig fühlt. Man muss nur einmal einen bewusst längeren Blick auf eine Moosfläche werfen, schon beruhigt sich der Herzschlag ins Meditative. Moose reinigen also nicht nur Luft und Leib, sondern auch den Geist. „In den Wäldern sind Dinge“, sinnierte etwa

der Schriftsteller Franz Kafka (1883–1924), „über die nachzudenken man jahrelang im Moos liegen könnte.“

In unseren Gärten tauchen Moose, bis auf wenige Ausnahmen, zufällig von selbst auf. Wer gezielt moosige Ecken gestalten will, hat viele Möglichkeiten: vom zweifarbigen Moosspiralen-Labyrinth am Boden (gelegt aus hell- und dunkelgrünem Moos oder aus Moos und Kies) und dicken Deko-Mooskugeln über moosüberwachsene wilde Gartenecken bis hin zu Moosdächern, -mauern und -statuen. Wunderschön sind auch Moose auf Bäumen, Trockenmauern oder auf dem Gartenboden selbst. Wichtig zu wissen: Ein geschlossener Moosteppich, auch aus verschiedenen Arten, lässt kleine Flächen groß und weitläufig wirken.

MANCHE MÖGEN ES SCHATTIG

Optimale Gartenecken für die Moosgärtnerei sind schattig oder halbschattig, nordseitig oder unter Bäumen. Am besten fährt man mit häufigen, heimischen Moosarten, wie man sie auch in der Nähe des eigenen Gartens findet.

Hält man sich an ein paar Regeln, kann man sich auch den einen oder anderen Moospolster in den Garten holen. Es gilt: immer nur wenig, aber niemals aus Naturschutzgebieten oder geschützten Torfmooren (siehe: *Gut zu wissen*, rechts oben). Die Moospolster, die sich leicht abheben lassen, setzt man zu Hause im Garten dicht an dicht nebeneinander auf die aufgeraute Erde und drückt sie immer wieder fest an. Gießen braucht man sie nur anfangs gelegentlich – und zwar mit weichem Regenwasser. Sonst braucht Moos kaum Pflege –

Gut zu wissen

- › Gibt man eine gute **Handvoll zerkleinertes Moos** in eine Gießkanne mit kalkreichem, hartem Leitungswasser mit **pH-Wert 7** und lässt es kurz stehen, sinkt der Wert auf **5 bis 5,5**, also ungefähr den von **Regenwasser**. Die meisten Pflanzen ziehen dieses weiche Wasser beim **Gießen** vor.
- › Moos als **Ausdruck für Geld im Volksmund** hat nichts mit Botanik zu tun. In dieser Bedeutung leitet sich Moos vom hebräischen *mâ'ôth* für **Pfennige** ab und fand übers jiddische *maos* Eingang in die deutsche **Gauner- und Studentensprache**.
- › Für das **Sammeln von Moos im Wald** gibt es in Deutschland und Österreich eine allgemeine Bestimmung im Naturschutzgesetz: die **Handstraßregel**. Sie besagt, dass man etwa so viele Pflanzen für den **Eigenbedarf** entnehmen darf, wie in einen **Ring aus Daumen und Zeigefinger** passen; anders gesagt: etwa eine **Handvoll**. Ausgenommen sind **geschützte Arten** wie das Gemeine Weißmoos sowie das Sammeln in **Mooren und Naturschutzgebieten**. Generell empfehlen die Bundesforste, vor dem **Verpflanzen von Waldmoos** in den Garten zu überprüfen, ob der Boden überhaupt geeignet ist.

und schon gar keine Düngung. Sehr schön harmonisieren Moose mit Farnen. Gefällt es ihnen an einer Stelle, breiten sie sich relativ rasch zu Kolonien aus. Je besser ein Standort für eine Moosart geeignet ist, desto eher wird sie sich dort auch ansiedeln. Manche etwa tolerieren kalkige Böden, andere nicht. Einige brauchen tiefen Schatten, wieder andere kommen auch mit Halbschatten und manche sogar mit etwas Sonne gut zurecht.

Was Moose aber in jedem Fall benötigen, ist hohe Luftfeuchtigkeit. Dafür leuchten sie dann auch in der dunklen Jahreszeit schön moosgrün – während ein großer Teil unserer Gartenflora schon längst selig im Winterschlaf liegt.



Hypercoran®

Ihr natürlicher Herzbegleiter bei Bluthochdruck

- unterstützende Therapie bei Bluthochdruck
- natürliche Wirkstoffe aus Mistel und Weißdorn
- ausgezeichnet verträglich
- gut kombinierbar mit anderen Arzneimitteln



Hypercoran® · Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Unterstützende Therapie bei Bluthochdruck. 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

ICH DENKE OFT AN PAPRIKA

2021 feiert das Burgenland seinen 100. Geburtstag als Teil Österreichs.
Und wir feiern seine Küche: das Martinigansl, den Sautanz, die Bohnenheiligen,
den frischen Zander und ein himmlisches Dessert.

REDAKTION: KLAUS KAMOLZ & ALEXANDER RIEDER FOTOS: INGO EISENHUT





GANSLSUPPE *mit Bröselknöderln*

Seit dem 11. November 1925 ist der **heilige Martin** der Landespatron des Burgenlandes; damals gehörte es erst seit vier Jahren zu Österreich. Martini ist seither der traditionelle Landesfeiertag. Der Namenstag des wohlthätigen **Bischofs aus dem 4. Jahrhundert** ist aber noch weit mehr. Da gingen die Kühe zum letzten Mal auf die Weide, die Schweinehirten erhielten ihren Jahreslohn, und die Bauern lieferten die **zarten Junggänse** bei der Herrschaft ab. Was blieb, waren die alten Gänse. Die lieferten immerhin **nahrhaftes Schmalz** und **Gänseklein** für die Suppe.



SEEWINKLER BOHNENSTRUDEL

Ohne Hülsenfrüchte ist die burgenländische Küche nicht denkbar. Für die *Paunl* etwa, die Bohnen, gibt es praktisch **in jedem Dorf ein eigenes Rezept**. Besonders wichtig sind die Bohnen im **Sterz** aus Sauerbrunn oder im **Strudel** aus Oberwart oder vom Leithaberg. **Reiches Brauchtum** rankt sich daher auch um die *Paunl*: So müssen sie traditionell **zu den Eiseiligen zwischen 11 und 13 Uhr** von Mädchen im Kreis gesät werden; die Kältebringer heißen deshalb im Burgenland auch **Bohnenheilige**. Und noch etwas: So viele Bohnen nicht keimen, so viele Jahre muss die Maid noch auf ihre **Hochzeit** warten.



ZANDER-PAPRIKASCH

mit Tarhonya

Die Fischvielfalt im **Neusiedler See** ist groß; sie reicht von A bis Z: nämlich von **A wie Aal** bis **Z wie Zander**. Dazwischen befinden sich die beliebten Speisefische **Hecht und Wildkarpfen**. Seit Anfang des 20. Jahrhunderts werden Zander im See besetzt; die Aale hingegen werden immer weniger, denn sie gelten als nicht heimische Art und werden nicht mehr nachbesetzt. Ein klassisches Gericht aus alter Zeit war etwa die **Fischsuppe mit Zwiebeln und Lorbeer**. In der Bauernküche hingegen fehlten Fänge aus dem See nahezu völlig. „**Der beste Fisch ist die Salami**“, hieß es.





PODERSDORFER KELLERFLEISCH

Der **Sautanz** war das große Fest des Überlebens im Winter. Nahezu alles vom Schwein wurde dabei verwertet, sogar die **Saublodern**, die Schweinsblase. Aus der machten sich die Burschen einen Fußball. Der Tag begann mit einem **Bluttommerl**, einem Schmarrn, danach gab's zur Jause einen **Lebersterz**, später eine **äquirle Suppn** aus Schweinefüßen, und am Abend wurde die frische **Blunzn** angesungen und verspeist. Vom Frischfleisch wurde tags darauf ein **Kellerfleisch** zubereitet, das die **Arbeiter im Weinkeller** stärken sollte. Unser Rezept stammt aus der Winzerfamilie Lentsch, die auch das beliebte **Gasthaus zur Dankbarkeit** führt.





SOMLOER NOCKERL

Man kann die Geschichte dieses noch recht jungen **Klassikers der süßen pannonischen Küche** auch so erzählen: Für zwei Dinge wird die **Brüsseler Weltausstellung 1958** in Erinnerung bleiben – den Bau des berühmten Atomiums und die Präsentation und Prämierung eines kurz zuvor **in Ungarn erfundenen** himmlischen Desserts. Die Somloer Nockerl hatte ein Patissier im feinen **Budapester Restaurant Gundel** erfunden und nach dem Hügel Somló in Westungarn benannt. Aus dem Gundel traten die *Somlói Galuska*, so der Originalname, ihren **Siegeszug durch die Küchen Europas** an. Ihre zweite Heimat aber ist das Burgenland geworden.



GANSLSUPPE mit Bröselknöderln

ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN
Zeitaufwand: 2 ½ Stunden

- | | |
|--|--------------------------------------|
| 1 Gänseklein (Keulen, Hals, Magen, Flügel und Herz) | 20 g Gänseschmalz |
| 2 l Wasser | 2 EL Mehl |
| 250 ml Weißwein | 100 ml Schlagsahne |
| 2 Lorbeerblätter | Salz, Muskatnuss |
| 10 Pfefferkörner | Schnittlauch zum Bestreuen |
| 4 Pimentkörner | |
| 1 mittelgroße Zwiebel | <i>Für die Bröselknöderln:</i> |
| 50 g Karotten | 30 g Butter |
| 50 g gelbe Möhren | 2 Eier |
| 50 g Petersilienwurzel | 90 g Semmelbrösel |
| 30 g Sellerieknolle | ½ EL griffiges Mehl |
| 1 kleiner Bund Petersilie | 1 EL fein gehackte Petersilie |
| | Salz, Pfeffer, Muskatnuss |

ZUBEREITUNG

1. Gänseklein in 2 Liter leicht gesalzenem Wasser aufsetzen. Sobald das Wasser zu kochen beginnt, den Schaum abschöpfen und Weißwein, Lorbeerblätter, Pfefferkörner und Piment hinzufügen. Gänseklein auf mittlerer Flamme ca. 1 Stunde kochen.
2. Das Gemüse schälen, Zwiebel halbieren, mit Petersilie in die Suppe geben und 20 Minuten weiterkochen lassen.
3. Gänseklein aus der Suppe heben, von den Keulen die Haut entfernen, das Fleisch vom Knochen lösen und mit Herz und Magen in kleine Stücke schneiden. Das gekochte Gemüse in dünne Scheiben schneiden. Petersilie und Zwiebel entfernen und das Fett von der Suppe abschöpfen.
4. Für die Knödel Butter schaumig rühren und die Eier einrühren. Mit Bröseln, Mehl und Petersilie vermengen und die Masse abschmecken. 12 kleine Knödel formen und in Salzwasser ca. 5 bis 6 Minuten auf kleiner Flamme kochen.
5. Mehl in Gänseschmalz kurz anschwitzen und mit Gänseuppe und Sahne aufgießen. Die Suppe sämig einkochen und abschmecken. Gänsefleisch, Gemüse und Knöderln in Suppenteller verteilen, mit Suppe übergießen und mit Schnittlauch bestreut servieren.



SEEWINKLER BOHNENSTRUDEL

ZUTATEN FÜR 8 PERSONEN
Zeitaufwand: über Nacht einweichen
und 2 Stunden Zubereitungszeit

- | | |
|---------------------------------------|---|
| <i>Für die Bohnen:</i> | <i>Für die Füllung:</i> |
| 500 g getrocknete weiße Bohnen | Pfeffer |
| 1 Lorbeerblatt | 1-2 EL gehacktes Bohnenkraut und Minze |
| | 100 g Zwiebeln |
| <i>Für den Strudelteig:</i> | 2 EL Butter |
| 200 g glattes Mehl | 150 g Dinkel-Semmelwürfel |
| 80 g lauwarmes Wasser | 250 g Sauerrahm |
| 1 Ei (Größe M) | |
| 2 EL Pflanzenöl | <i>Außerdem:</i> |
| Salz | Mehl zum Bestäuben |
| | etwas Öl für den Teig |
| | 50 g zerlassene Butter zum Bestreichen |

ZUBEREITUNG

1. Bohnen am besten über Nacht einweichen.
2. Mehl mit Wasser, Ei, Öl und Salz vermengen und zu einem Teig verarbeiten. Kneten, bis sich Blasen bilden. Eine Kugel formen, mit Öl bepinseln, zudecken und rasten lassen.
3. In der Zwischenzeit die Bohnen mit einem Lorbeerblatt ca. 45 Minuten weichkochen und abseihen, Lorbeer entfernen. Mit Salz, Pfeffer, Bohnenkraut und Minze vermengen.
4. Zwiebeln schälen, fein hacken und in Butter glasig anschwitzen.
5. Semmelwürfel in Butter und Zwiebeln anrösten. Gemeinsam mit dem Sauerrahm zu den Bohnen geben und alles vorsichtig vermischen.
6. Backofen auf 200 °C Heißluft vorheizen.
7. Den Strudelteig auf einem mit Mehl bestäubten Strudeltuch erst ausrollen, dann dünn ausziehen und mit Öl bepinseln. Die Bohnenmasse auf dem Strudelteig verteilen, mithilfe des Strudeltuchs einrollen und die Teigenden einfalten. Schneckenförmig auf ein gebuttertes Blech legen und mit Butter bestreichen. Im Backofen ca. 35 Minuten knusprig braun backen.



ZANDER-PAPRIKASCH mit Tarhonya

ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN
Zeitaufwand: 1 Stunde 15 Minuten

2 rote Zwiebeln	Saft von ½ Zitrone
2 rote Spitzpaprika	800 g küchenfertige
2 EL Olivenöl	Zanderfilets
2 EL edelsüßes Paprikapulver	2-3 EL Petersilie und Dille,
1 EL Tomatenmark	gehackt
125 ml Weißwein	Für die Beilage:
500 ml klare Fischsuppe	300 g Tarhonya (Eiergraupen)
1 Lorbeerblatt	2 EL Butter
250 ml Sauerrahm	Muskat
2 EL glattes Mehl	
Salz, Pfeffer	

ZUBEREITUNG

1. Zwiebeln schälen und fein hacken. Spitzpaprika halbieren, entkernen und in grobe Stücke schneiden.
2. Zwiebeln und Paprika in Olivenöl bei kleiner Hitze 20 Minuten lang andünsten.
3. Paprikapulver und Tomatenmark zugeben, kurz anschwitzen, mit Wein ablöschen und etwas einkochen lassen.
4. Mit Suppe aufgießen, Lorbeerblatt zufügen und bei mittlerer Hitze zugedeckt 15 Minuten köcheln lassen.
5. Sauerrahm und Mehl glatt rühren, mit einem Schneebesen in die köchelnde Sauce rühren und weitere 10 Minuten köcheln lassen. Lorbeerblatt entfernen.
6. Paprikasauce mit einem Stabmixer pürieren und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
7. Zanderfilet in 3-4 cm große Stücke schneiden, in die Sauce geben und unter dem Siedepunkt 4-5 Minuten ziehen lassen.
8. Tarhonya in Salzwasser bissfest kochen und in ein Sieb abschütten. In einer Pfanne in Butter schwenken und mit Salz und Muskat abschmecken.
9. Paprikasch mit Tarhonya anrichten und mit Kräutern bestreuen.



PODERSDORFER KELLERFLEISCH

ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN
Zeitaufwand: 2 Stunden

800 g Zwiebeln	1 Flasche guter trockener
2-3 EL Schweineschmalz	Weißwein
1 kg Schweineschulter	2-3 EL gezupfter Majoran
4-5 Knoblauchzehen	Salz, Pfeffer
2 TL Salz	
2 TL Kümmelsamen	

ZUBEREITUNG

1. Zwiebeln schälen, in grobe Streifen schneiden und in Schmalz bei geringer Hitze 15 Minuten lang andünsten, ohne dass sie viel Farbe annehmen.
2. Inzwischen die Schweineschulter in 4-5 cm große Stücke schneiden.
3. Knoblauch schälen und grob hacken. Mit Salz und Kümmel bestreuen und alles sehr fein hacken.
4. Schweinefleisch und Knoblauchgewürz zu den Zwiebeln geben und mit Weißwein aufgießen.
5. Das Kellerfleisch bei schwacher Hitze in ca. 1½ Stunden weich kochen.
6. Majoran zufügen und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Mit Schwarzbrot und dem passenden Weißwein servieren.



SOMLOER NOCKERL

ZUTATEN FÜR CA. 6-8 PORTIONEN

Zeitaufwand: 2 Stunden und ein halber Tag zum Kühlen

Für die Biskuitböden:

5 Eier (Größe M)
120 g Feinkristallzucker
1 TL echter Vanillezucker
1 Prise Salz
abgeriebene Schale
von 1 Bio-Zitrone
120 g glattes Mehl
1 EL Kakaopulver

Für den Karamellsirup:

50 g Feinkristallzucker
100 ml Wasser
2-3 TL Marillenbrand

Für die Puddingcreme:

500 ml Milch
40 g Vanillepuddingpulver
Mark von 1 Vanilleschote
50 g Zucker

Für die Schokoladensauce:

100 g dunkle Schokolade
(mind. 55 %)
50 g heller Rohrzucker
100 ml Wasser
1 TL Rum

Außerdem:

Schlagsahne zum Servieren
2 EL gehackte Walnüsse
zum Bestreuen

ZUBEREITUNG

- Backofen auf 180 °C Heißluft vorheizen.
- Eier, Feinkristallzucker, Vanillezucker, Salz und Zitronenschale mit dem Rührbesen des Handmixers 10 Minuten lang zu einer sehr luftigen, stabilen Creme aufschlagen. Mehl über die Creme sieben und abwechselnd mit einer Gummispatel kreisförmig unterheben.
- Die Hälfte der Masse auf ein mit Backpapier belegtes Backblech streichen.
- Kakaopulver über die restliche Biskuitmasse sieben und mit der Gummispatel vollständig untermengen. Kakaomasse auf ein weiteres mit Backpapier belegtes Backblech streichen und beide Teige im Backofen ca. 10-12 Minuten hell backen.
- Für die Karamellsauce Zucker in eine Pfanne streuen und bei moderater Hitze goldbraun schmelzen. Mit Wasser ablöschen und so lange köcheln lassen, bis sich der Zucker vollständig gelöst hat. Mit Marillenbrand verfeinern.
- Für die Puddingcreme ca. 125 ml kalte Milch mit Puddingpulver, Vanillemark und Zucker verrühren. Restliche Milch aufkochen, Vanillemilch mit einem Schneebesen einrühren und 1 Minute lang sprudelnd kochen. Puddingcreme sorgfältig abdecken, damit keine Haut entsteht.
- Biskuitböden halbieren und einen dunklen Teigboden in eine passende rechteckige Form legen. Mit einem Drittel der Karamellsauce beträufeln und mit einem Drittel der Puddingcreme bestreichen. Mit dem hellen Teig bedecken und fortfahren, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Mit einem hellen Teigboden abschließen, mit Frischhaltefolie abdecken und mindestens einen halben Tag kühlen.
- Für die Schokoladensauce die Schokolade hacken und mit Rohrzucker und Wasser erhitzen. Die Sauce glatt rühren, mit Rum parfümieren und abkühlen lassen.
- Mit einem Esslöffel Nockerl aus der Masse stechen und mit Schlagsahne anrichten. Mit Schokoladensauce garnieren und mit Walnüssen bestreut servieren.

Dorli Muhr

ÜBER DEN TELLERRAND



WIE SPÄTHERBST RIECHT

Über ein Parfüm, das Männer und Frauen gleichermaßen tragen würden.

Wenn die Zuckerrüben geerntet waren und der Wein im Keller lag, wurde es etwas ruhiger im Nervengerüst der Eltern. Der Spätherbst war wie der Eintritt in ein neues Reich, in dem es weniger gehetzt zuging. Wir änderten die Kleidung und holten die Schuhe mit den dicken Sohlen aus dem Schrank hervor. Es roch nach Laub und feuchter Erde, und die feinen Härchen der Wolljacke nahmen den Nebel in sich auf.

Im Gemüsegarten erledigte meine Mutter die letzten Aufgaben vor dem Frost. Und auf dem kleinen Feld gleich hinter dem Haus nahmen meine Eltern die Erdäpfel aus dem Boden. Der grüne Teil der Erdäpfel, das Kraut, war schon längst vertrocknet und wurde auf einen Haufen zusammengeworfen.

Dann kam der Moment, auf den ich mich schon lange gefreut hatte: Mein Vater zündete das Erdäpfelkraut an, und in die Glut legten wir einige der Kartoffeln zum Braten. Wenn wir mit der Arbeit fertig waren, holten wir sie raus, klopfen die verkohlte Schale weg und aßen die heißen Kartoffeln. Es waren die besten Erdäpfel der Welt. Ohne Salz, ohne Fleisch, einfach so.

Den Geruch dieses Moments trage ich seither in meinem Gedächtnis. Wäre jemand in der Lage, dieses Parfüm zu kreieren, ich wäre Stammkunde: Die Basisnote wären das modrige Laub und das nasse Gras, die Herznote bestünde aus feuchter Wolle und Feuerrauch, und obendrauf, als Kopfnote, würde der sanfte, zarte Duft des warmen Erdäpfels thronen. Es wäre ein Parfüm, das Männer und Frauen gleich gern tragen würden, denn es würde beruhigend und entspannend wirken und helfen, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Denn der Duft erinnert in all seiner Gelassenheit auch an das Vergängliche.

Wenn es zu dunkel geworden war, um draußen noch Arbeiten zu verrichten, gingen wir ins Haus. Meine Mutter machte Feuer im Holzherd. Am Geruch konnte man

den Fortschritt erkennen: zunächst ein kurzer Schwefelhauch vom Streichholz, dann der trockene Moment des Zeitungspapiers, gefolgt vom würzigen Geruch, wenn die dünnen Zweige Feuer fingen, und schließlich der süßliche Duft der großen Holzscheite.

Meine Mutter stellte in einem Topf Wasser zum Kochen auf. In der Zwischenzeit rieb sie mit Zuckerwürfeln die Schale einer Orange ab und legte sie in die große hellblaue Kanne des Liliendorzells, die schon an vielen Stellen ausgeschlagen war, aber wir wollten uns keinesfalls von ihr trennen. Es folgte der Saft einer halben Orange und einer halben Zitrone. Die zweiten Hälften wurden für den nächsten Tag aufgehoben. Auf die Kanne legte die Mutter ein großes Sieb, und in das Sieb ein paar Löffel Russischen. So hieß bei uns der Schwarztee, vermutlich ein Überbleibsel aus der Besatzungszeit.

Nun goss meine Mutter das heiße Wasser über das Sieb in die Kanne, und sofort wurde der Raum mit diesem köstlichen Parfüm erfüllt. Basisnote: Holzfeuer und Schwarztee. Herznote: warme Butter- und Biskuit-elemente. Kopfnote: ätherische Düfte von Zitrusfrüchten. Dieses Parfüm sei allen ans Herz gelegt, die ihrem Gegenüber Appetit machen und dabei das wohlige Gefühl von zu Hause vermitteln wollen.

Wenn wir dann gemeinsam am Tisch saßen und den Feierabend genossen, viele Stunden früher als während der stressigen Sommerzeit, konnte ich mit etwas Überzeugungs-geschick meinen Vater zu einer Partie Mühle überreden. Dann war das Glück perfekt.

Wonach riecht der Spätherbst bei Ihnen? Schreiben Sie uns an: redaktion@servus.com

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

Werner Jessner

AUS OMAS KOCHBUCH

DAS WOAZA

Freitags war Fasttag, da kam eine Mehlspeis auf den Tisch.
Und genau wie dieser Reindling aus Hefeteig riecht
und schmeckt Kindheit, zumindest in der Murauer Gegend.

FOTO: INGO EISENHUT

Früher war ich ganz ein Süßer. Als Kind war meine Begeisterung für Pikantes quasi inexistent, aber bei Mehlspeisen hatte ich einen Appetit, frage nicht! Am Bauernhof meiner Großeltern wurde es so gehandhabt, dass am Freitag kein Fleisch auf den Tisch kam. Fisch mochte aber keiner, folglich gab es regelmäßig Süßspeisen zu Mittag. Für mich waren diese Freitage bei Oma Feiertage.

Das Bild der Oma in ihrer Kittelschürze, wie sie in der Küche werkt – genauso unvergessen wie der Geruch des Holzherdes, den sie mit kleinen Scheitern fütterte, damit der Backofen präzise jene Temperatur erreichte, die das Woaza brauchte. Weil das gab es meistens am Freitag: ein Woaza, die steirische Version des kärntnerischen Reindlings.

Germteig musste in der Tupper-Schüssel aufgehen, bis der Deckel dreimal mit einem lauten Ploppen abhob. Erst dann holte ihn die Oma raus und bändigte das klebrige, zäh-elastische, blonde Wunder, walzte und zog es aus, bis es etwa so groß war wie ein Backblech. Ich stand auf einem Stuhl daneben und schaute zu. Wie der Zimt roch, den sie draufstäubte, und die Rosinen, die sie handweise auf dem Rohling verteilte. Mir steckte sie immer ein paar zu, und ein paar durfte ich selbst auf dem Teig verteilen. Am meisten bewunderte ich, wie sie den ausgezogenen Teig zu einer Rolle zusammenwarf, völlig souverän,

ohne dass jemals eine einzige Rosine zu Boden gefallen wäre (worauf ich natürlich gelauert hatte, denn Rosinen: köstlich!). Mit einer zweiten geschmeidigen Bewegung versenkte sie die Teigwurst in der großen Gugelhupfform und die große Gugelhupfform im perfekt temperierten Backofen des Holzherdes.

MIT FEIGENKAFFEE UND MILCH

Die Warterei war mir dann zu langweilig, und ich bin wieder raus zum Spielen, daher weiß ich nicht, wie bereitwillig das fertige Woaza die Form jeweils verlassen hat. Ich vermute: genauso geschmeidig wie Oma den Teig reinbefördert hatte. Jedenfalls kann ich mich an keine Schäden am fertigen Objekt erinnern, als es später duftend und noch nicht ganz ausgekühlt am großen Stubentisch serviert wurde; und dazu gab es Feigenkaffee mit Milch.

Meine Oma ist seit über zehn Jahren tot. Aber ich habe eine Großtante, die mir manchmal ein Woaza bäckt, weil sie weiß, welche Freude sie mir damit macht. Es ist jedes Mal ein Feiertag.

✱ **Werner Jessner**, freier Autor, isst überhaupt gern Sachen aus der Jugend: Schwammerlgulasch, panierten Parasol oder Lungauer Hasenöhrl mit Kraut, quasi der Urahn der Frühlingsrolle.



STEIRISCHER REINDLING

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 3 Stunden

Für den Hefeteig:

15 g frische Hefe
300 ml lauwarme Milch
2 EL Zucker
3 Eier (Größe M)
500 g glattes Mehl
120 g zerlassene Butter
Salz

Für die Fülle:

20 g zerlassene Butter
60 g Zucker
3-4 TL gemahlener Zimt
150 g in Rum eingeweichte Rosinen

ZUBEREITUNG

1. Hefe in 3-4 EL Milch auflösen und mit einer Prise Zucker und 2 EL Milch zu einem Brei verrühren. Das Dampf zugedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen.
2. Dampf und restliche Zutaten für den Teig in eine Küchenmaschine geben und zu einem glatten Hefeteig verkneten oder mit den Händen 10 Minuten lang kräftig durchkneten. Den Teig in eine Schüssel setzen, mit einem feuchten Tuch bedecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.
3. Den Hefeteig kurz verkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 1 cm dick ausrollen. Mit Butter bestreichen und mit Zucker, Zimt und Rosinen bestreuen.
4. Den Teig eng aufrollen und schneckenförmig in eine gebutterte Reindling- oder Gugelhupfform legen. Weitere 30 Minuten zugedeckt gehen lassen.
5. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
6. Den Reindling im Backofen auf der zweiten Schiene von unten ca. 50-55 Minuten backen und lauwarm abkühlen lassen. Aus der Form stürzen und frisch servieren.

EINE FRAGE DES STIELS

Wer Artischocken mag, der wird Kardonen lieben: Sie schmecken ähnlich köstlich wie ihre berühmten Verwandten, sind aber viel einfacher zuzubereiten. Jetzt ist Erntezeit für das saftige Stängelgemüse.

REDAKTION: TOBIAS MÜLLER FOTOS: SONJA PRILLER, MANUEL ZAUNER





Winterliche Delikatesse. Noch stehen die verblühten Stände der Kardonen und erinnern daran, dass sie zu den Artischocken gehören (oben links). Für Florian Kotny (oben) sind die wohlschmeckenden Stängel (linke Seite) das wahre Artischockengemüse.

KARDONE

Cynara cardunculus

Familie: Korbblütler (*Asteraceae*); auch Karde, Cardi, Kardy, Kardon

Kardonen sind enge Verwandte der Artischocke, allerdings werden nicht ihre Blüten, sondern die fleischigen Blattstängel gegessen. Sie werden im Frühjahr gepflanzt und im Herbst, vor dem ersten Frost, geerntet.

Sie schmecken zart bitter, ein wenig nach Heu und Tee – ähnlich wie eine Artischocke –, und harmonisieren sehr gut mit Käse, Huhn oder Fisch.

Kardonen lieben Böden mit hohem pH-Wert und brauchen viel Platz (etwa 1 Quadratmeter pro Pflanze), sind aber sonst recht anspruchslos. Sie werden bis zu 2 Meter hoch.

In Florian Kotnys Gemüsegarten lässt sich eine kulinarische Weltreise unternehmen. Gemeinsam mit seiner Frau Galina leitet er die Bioschance, einen Hof auf einer der letzten unverbauten Flächen direkt neben der Alten Donau in Wien-Floridsdorf. In Sichtweite des Donauturms gedeihen hier im Sommer Chili und Ingwer, Okra und Kurkuma, Bittergurken und Spargelsalat.

Eine seiner wortwörtlich größten Attraktionen reift allerdings erst, wenn die meisten anderen Felder längst abgeerntet sind: die mächtigen Kardonen.

Bis zu zwei Meter hoch stehen sie im frühen Winter am Rand des Felds und strecken ihre fleischigen, spitz zulaufenden Blätter in die Höhe. Auf den ersten Blick sehen sie ein wenig wie Urzeitpflanzen aus – wer aber die violetten Blüten sieht, merkt schnell, dass er vor einer riesigen Distel steht.

Kardonen, auch Kardy oder Gemüseartischocken genannt, sind enge Verwandte der Artischocken, mit denen sie sich auch den botanischen Namen *Cynara cardunculus* teilen. Und wer Artischocken mag, der wird auch Kardonen lieben. Nicht nur botanisch, auch geschmacklich sind sie sich sehr ähnlich: zart bitter, mit süßlichen Anklängen von Heu und einer verführerischen Teenote.

Während aber an einer Artischockenknospe mitunter enttäuschend wenig dran ist, kann der Kardonen-Genießer aus dem Vollen schöpfen: Locker ein halbes Kilo bringt ein einziger Blattstiel auf die Waage; er ist herrlich zart und fleischig; nur die äußere, fasrige Haut muss abgezogen werden. Florian Kotny beschreibt seine Kardonen gern als „Artischocken in Reinstform“.

Das Gemüse stammt, so wie die Artischocke, ursprünglich aus dem Mittel- ➡



Kardonenkultur in Wiens Transdanubien. Die fleischigen Stangen vertragen feuchte Kälte viel besser als die verwandten Artischocken, und sie liefern bereits im ersten Jahr gute Erträge.

meerraum und soll schon bei den alten Griechen beliebt gewesen sein; da und dort taucht es seit der Renaissance auch auf gemalten Stillleben mit Gemüsepflanzen auf.

WENN SIE ERBLEICHEN, SIND SIE GUT

Im Gegensatz zu ihrer berühmten Schwester kann die Kardone auch bei uns problemlos angebaut werden: Artischocken tragen erst im zweiten Jahr gut, weswegen sie überwintert werden müssen – eine Übung, die nördlich der Alpen nur mit manchen Sorten und auch dann nicht immer gut gelingt. Kardonenblätter hingegen werden bereits nach einem Sommer, übrigens nach der Blüte, geschnitten. Und sie mögen feuchtes Wetter lieber als warmes.

Im Herbst bindet der Gärtner die dicken Blattbündel zusammen, damit die inneren Blätter fast kein Licht mehr abbekommen –

so bleichen sie aus und verlieren den Großteil ihrer Bitterstoffe. Im November, bevor morgens der erste starke Frost droht, ist die perfekte Zeit, sie zu ernten.

Florian Kotny schneidet die Pflanzen ein paar Zentimeter unter dem Boden ab, verkauft einige gleich frisch, und hängt den Rest verkehrt an einem dunklen, kühlen Ort auf – so lassen sie sich problemlos den halben Winter lagern.

In kardonenverliebten Ländern gelten sie als winterliche Delikatesse: In Frankreich werden sie gern als Gratin genossen, in Nordspanien werden sie mit Mandelsauce serviert, und in den Abruzzen in Italien wird die traditionelle Weihnachtssuppe mit Kardonen gekocht. Besonders kardonenbegeistert sind die Westschweizer, die sogar eine Sorte, die *Argenté de Genève*, mit einer geschützten Herkunftsbezeichnung geadelt

haben. Wegen des appetitanregenden und verdauungsfördernden Inhaltsstoffs Cynarin werden Kardonen auch zu Tees und Tinkturen verarbeitet.

Warum sich die Stangen bei uns in der Küche nicht recht durchgesetzt haben? „Was man nicht kennt, isst man nicht so gern“, sagt Florian Kotny. Aber das ändert sich. Anfangs verkaufte er seine Kardonen vor allem an Eingeweihte: Als Erste kamen die Franzosen zu seinem Stand am Wiener Naschmarkt, dann die Schweizer, und nach und nach sprach sich die Kunde von diesem köstlichen Gemüse herum. Neuerdings steigt die Nachfrage von Jahr zu Jahr.

✳ **Gärtnerei Bioschanze:** An der Schanze 17, A-1210 Wien; Infos über Ab-Hof-Verkauf und Markttage: bioschanze.at



KARPFEN-EINTOPF *mit Kardonen*

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 2½ Stunden

Für die Fischsuppe:

1 Karpfen (ca. 1,5 kg)

1 Zwiebel

100 g Karotten

100 g Petersilienwurzel

1 kleine Knoblauchknolle

2 TL Pfefferkörner

1 Orangenscheibe

Salz, Pfeffer

Für den Eintopf:

500 g Kardonenstangen

100 g Zwiebel

3 EL Olivenöl

¾ l Weißwein

200 ml passierte Tomaten

Saft von ½ Orange

ZUBEREITUNG

1. Den Karpfen sauber filetieren, die Fischfilets schröpfen und kühl stellen. Die Karpfenkarkassen waschen, in einem Topf mit 3 Litern kaltem Wasser zustellen und langsam zum Kochen bringen.
2. Zwiebel, Karotten und Petersilienwurzel dünn schälen und in grobe Stücke schneiden. Die Knoblauchknolle halbieren.
3. Sobald die Suppe zu kochen beginnt, den auftretenden Schaum abschöpfen. Nachdem die Suppe 20 Minuten geköchelt hat, das Gemüse, die Gewürze und Orangenscheibe sowie ¼ TL Salz zufügen und 1 weitere Stunde köcheln.
4. Die Karpfensuppe durch ein mittelfeines Sieb gießen, dabei Fischfleisch und Gemüse mit einer Teigkarte durchpassieren. Die Suppe um ein Drittel reduzieren.

5. Von den Kardonen die Fäden abziehen, das Gemüse in 3–4 cm große Stücke schneiden und in Salzwasser bissfest kochen.

6. Zwiebel schälen in Streifen schneiden, in Olivenöl anrösten, mit Wein ablöschen und mit passierten Tomaten und Karpfensuppe aufgießen. Kardonen zufügen und 10 Minuten köcheln lassen.

7. Karpfenfilets in 3 cm große Stücke schneiden und in den Eintopf geben. Mit Orangensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und auf kleiner Flamme weitere 10 Minuten ziehen lassen.

Mit gekochten Kartoffeln servieren.

KARDONEN-NUDELN *mit Zitrone und Speck*

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: ¼ Stunde

120 g feine Speckstreifen

4 EL Olivenöl

abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone

1 TL brauner Zucker

1 Knoblauchzehe

Saft von 1 Zitrone

200 g Crème fraîche

Salz, Pfeffer

600 g Kardonestangen

250 g dünne Bandnudeln

60 g geriebener Parmesan zum Bestreuen

ZUBEREITUNG

1. Speckstreifen in 2 EL Olivenöl knusprig anbraten. Zitronenschale und Zucker zugeben und schmelzen lassen. Knoblauchzehe pressen, einrühren und mit Zitronensaft ablöschen. Crème fraîche unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Von den Kardonestangen wie beim Rhabarber die Fäden abziehen und das Gemüse in möglichst lange Bandnudeln schneiden.
3. Kardonestreifen in Salzwasser weich kochen, kalt abschrecken und trocken tupfen. Das Gemüse in Olivenöl andünsten.
4. Die Nudeln in einem weiteren Topf in Salzwasser bissfest kochen, abgießen und mit den Kardonen unter die Zitronensauce mengen.

Mit Parmesan und Pfeffer bestreut servieren.





KARDONEN-OMELETT

ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN

Zeitaufwand: 1½ Stunden

Salz

1 Zitronenscheibe

400 g Kardonstangen

400 g speckige Kartoffeln,
in der Schale vorgekocht

4 große Eier

100 g zerbröselter Ziegenfrischkäse

100 g gehackter Beinschinken

2 EL gehacktes Basilikum und
geriebener Thymian

Pfeffer

1 EL Olivenöl

40 g geriebener Almkäse

ZUBEREITUNG

1. In einem kleinen, tiefen Topf Salzwasser mit einer Zitronenscheibe zum Kochen bringen.
2. Kardonen unter fließendem Wasser waschen. Von den Stangen die Fäden abziehen, das Gemüse in ca. 6 cm lange Stücke schneiden und im Salzwasser weich kochen. Anschließend kalt abschrecken.
3. Kardonen fein blättrig schneiden. Die Kartoffeln schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden.
4. Das Backrohr auf 180 °C Heißluft vorheizen.
5. Eier, Ziegenkäse, Schinken und Kräuter gut verquirlen, kräftig abschmecken und mit Kartoffeln und Kardonen vermengen.
6. Eine tiefe, feuerfeste Pfanne mit etwas Olivenöl ausfetten und die Zutaten einschichten. Das Kardon-Omelett 1-2 Minuten auf dem Herd braten, dann ins vorgeheizte Backrohr schieben und in ca. 25-30 Minuten fertig backen. Anschließend etwas abkühlen lassen.
7. Die Grillfunktion des Backofens einschalten.
8. Das Omelett behutsam auf ein Backblech stürzen, mit Käse bestreuen und im Backofen auf der mittleren Schiene goldbraun überbacken. Mit Kopfsalat servieren.



BISS UND ANMUT

Einst war er ein armer Bettelmönch, später ein heldenhafter Offizier.
Als solcher schwebt er in der Weihnachtszeit leichtfüßig tänzelnd
über die Bühne. Eine kleine Kulturgeschichte des hölzernen Nussknackers.

TEXT: KLAUS KAMOLZ FOTO: EISENHUT & MAYER

Viele Wege führen zum weichen Kern unter der harten Schale. Ein Stein erfüllt den Zweck vortrefflich, auch ein Hammer trifft die Nuss mit einem Schlag ins Mark; und wo kein Werkzeug, da doch ein Weg. Rabenvögel sind da sehr geschickt: Sie nehmen eine Nuss in den Schnabel, fliegen weit in den Himmel hinein und werfen die Frucht gezielt über steinigten Böden ab, auf dass sie zerberste. Wir Menschen lassen, so es an Gerätschaft gebricht, einfach zwei Nüsse in den Handflächen gegeneinander antreten; eine wird dem Druck irgendwann nachgeben.

Damit wäre das Problem gelöst: schnörkellos und wirkungsvoll. Nun ist es aber eine einzigartige Fähigkeit des Menschen, den Nutzen mit der Zierde zu vermählen und selbst den kleinen Dingen des Alltag eine höhere Bedeutung beizumessen. Die Geschichte des Nussknackers ist dafür ein wunderbares Beispiel.

Mit Mustern versehene Geräte zum Öffnen von Nüssen mag es schon vor vielen Jahrtausenden gegeben haben; vielleicht wäre bei Ötzi auch schon ein Nussknacker gefunden worden, wenn er ihn vor mehr als 5.000 Jahren nicht zu Hause vergessen hätte. Das älteste erhaltene Werkzeug jedenfalls stammt aus Tarent in Süditalien und ist etwa 2.300 Jahre alt – eine bronzene Zange, hübsch verziert und als Grabbeigabe wohl dazu gedacht, im Jenseits weiter harte Nüsse aufzubrechen.

Die Frage ist aber: Wann kamen nun Nussknacker in Menschengestalt auf? Leonardo da Vinci (1452–1519), heißt es, soll einen hölzernen Nussknacker gedrechselt haben. Nur: Wo ist er geblieben, und wie sah er aus? Vielleicht schon ähnlich wie jener aus dem Tirol des Jahres 1591?

Die etwa 20 Zentimeter große Figur aus Buchsbaumholz ist der älteste noch erhaltene Nussknacker in Menschengestalt: ein Bettelmönch mit einem Buch in der Hand und einem Gürtel, an dem ein Rosenkranz und ein Hendl hängen. Seine Aufgabe erledigte er mittels Hebelwirkung. Nussknacker wie dieser waren bald weitverbreitet; sie gehören zu den Groteskfiguren, gleichsam frühen Karikaturen, wie man sie auch an Kirchengesimsen mit oft schrecklichen Fratzen findet.

Ein frühes Zentrum dieser Nussknackerschnitzerei war Gröden im heutigen Südtirol. Von dort wanderte die Tradition im 18. Jahrhundert nach Norden bis ins bayrische Oberammergau. Man sieht also: Wo die Herrgottschnitzer wohnten, waren auch die Nussknacker gern zu Hause. Die Kunsthandwerker drehten endlich einmal den Spieß um: Anstatt wie immer der Obrigkeit zu dienen, schufen sie Nussknacker in Gestalt strenger Herrscher, die für das Volk Nüsse aufbeißen mussten.

Jacob Grimm überlieferte 1835 in seiner *Deutschen Mythologie* eine weitere Bedeutung der Nussknacker: Demnach handelte es sich um schützende Hausgeister, die Böses vertreiben, genauer gesagt: wegbeißen sollten. In diesem Sinn waren sie Verwandte der volkstümlichen Kleiekotzer: geschnitzte Gesichter an den Mehlkästen der Mühlen, aus deren offenen Mündern die vom Mehl getrennte Kleie rieselte. Kleiekotzer waren die Schutzgeister der Mühlen.

Das Motiv des geisterhaften Nussknackers griff 1816 auch E. T. A. Hoffmann in seinem romantischen Spukmärchen *Nussknacker und Mausekönig* auf. Und nicht umsonst spielt die Geschichte zu Weihnachten; Nüsse standen als Symbol des Lebens seit jeher mit der Geburt Jesu in Verbindung. Die nachts zum Leben erwachte Holzfigur „trug ein sehr schönes, violett glänzendes Husarenjäckchen mit vielen weißen Schnüren und Knöpfchen, ebensolche Beinkleider und die schönsten Stiefelchen, die jemals an die Füße eines Offiziers gekommen waren“. Sie inspirierte um 1870 auch den Zimmermann und Kunstschnitzer Friedrich Wilhelm Fuchtnert (1844–1923), der im Erzgebirge jene Soldaten, Polizisten und Könige aus Fichtenholz – mit Haar und Bart aus Kaninchenfell – schuf, die bis heute als typisch gelten.

Doch der wahre Zauber des hölzernen Husaren liegt in der Musik. Alljährlich zur Weihnachtszeit tanzt er leichtfüßig zu den bezaubernden Melodien, die Peter Iljitsch Tschaikowsky 1892 für sein Ballett vom *Nussknacker* komponierte. Er machte E. T. A. Hoffmanns Geschichte zu einem der berühmtesten Weihnachtsmärchen aller Zeiten – und den Nussknacker endgültig unsterblich. Kaum jemand sonst hat gleichzeitig so viel Biss und Anmut wie er.

HIMMLISCHER GENUSS

Sechs Schätze aus der Schale: Mit herzhaftem Biss hat der Nussknacker in der Backstube mitgeholfen, hat Haselnüsse, Walnüsse und Pistazien geknackt. Jetzt freuen wir uns über den süßen Vorrat köstlicher Weihnachtskekse. Wie lange er wohl reichen wird?

REDAKTION: ALEXANDER RIEDER FOTOS: INGO EISENHUT



HASELNUSSLEBKUCHEN *mit Kürbiskernen*

ZUTATEN FÜR 40-50 STÜCK

Zeitaufwand: 1 Stunde

plus 24 Stunden zum Rasten und Trocknen

½ TL Hirschhornsalz

60 g Orangeat

100 g geriebene Kürbiskerne

150 g geriebene Haselnüsse

40 g Mehl

1 Prise Salz

20 g Lebkuchengewürz

120 g Marzipanrohmasse

4 Eiweiß

40 g Honig

120 g Feinkristallzucker

Außerdem:

3 EL geriebene Kürbiskerne fürs Backblech

1 Eiweiß

60 g Puderzucker

1 EL Zitronensaft

2 EL gehackte Kürbiskerne

40-50 ganze Kürbiskerne

ZUBEREITUNG

1. Das Hirschhornsalz in 1 EL Wasser auflösen.

2. Orangeat fein hacken und mit Kürbiskernen, Haselnüssen, Mehl, Salz und Lebkuchengewürz mischen.

3. Marzipan würfeln und mit 1 Eiweiß, Honig und dem gelösten Hirschhornsalz in einem Cutter fein pürieren.

4. 3 Eiweiß mit Zucker zu einem cremigen Eischnee schlagen.

5. Marzipan locker unter den Eischnee heben und mit den restlichen Zutaten luftig vermengen.

6. Die Masse für 12 Stunden im Kühlschrank rasten lassen.

7. Aus der Masse mit einem Esslöffel 2-3 cm große Portionen abstechen und mit etwas

Abstand auf ein mit Backpapier belegtes und mit geriebenen Kürbiskernen bestreutes Backblech setzen. Die Lebkuchen 12 Stunden bei Zimmertemperatur trocknen lassen.

8. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

9. Die Lebkuchen in den Ofen schieben und die Temperatur auf 150 °C senken. Die Lebkuchen ca. 25-30 Minuten backen.

10. Inzwischen Eiweiß mit Puderzucker und Zitronensaft glatt rühren. Die warmen Lebkuchen mit Zuckerglasur verzieren und mit Kürbiskernen garnieren.

Die Lebkuchen zwischen Butterbrotpapierbögen in Keksdosen schichten und an einem trockenen und kühlen Ort aufbewahren. Die Lebkuchen sind etwa vier bis fünf Wochen haltbar.



NUSSECKEN *mit Honigkaramell*

ZUTATEN FÜR CA. 60 KEKSE

*Zeitaufwand: 2 Stunden
plus 1 Stunde Kühlzeit*

Für den Mürbteig:

300 g glattes Mehl
60 g Puderzucker
150 g eiskalte Butterwürfel
1 Prise Salz
abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone
1 Ei

Für den Belag:

150 g Mandeln und Nüsse nach Wunsch
**100 g Kürbiskerne, Pinienkerne
und Sonnenblumenkerne**
90 g Butter
4 EL Schlagsahne
50 g heller Honig
150 g Feinkristallzucker
Saft von ½ Orange
100 g Orangenmarmelade

ZUBEREITUNG

1. Mehl und Puderzucker auf die Arbeitsfläche sieben, Butterwürfel, Salz, Zitronenschale und das Ei zufügen und mit den Fingern flott zu Krümeln zerreiben. Alles rasch zu einem glatten Teig verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde kühlen.
2. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
3. Mürbteig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem 1 cm dicken Rechteck ausrollen. Teig auf ein Backpapier legen und zu einem 3 mm dicken Rechteck weiter ausrollen.
4. Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen und im Ofen auf der untersten Schiene ca. 12 Minuten backen.
5. Für den Belag Nüsse und Mandeln grob hacken und mit Kürbis-, Pinien- und Sonnenblumenkernen mischen.
6. Butter, Schlagsahne, Honig, Zucker und Orangensaft in einem Topf langsam erhitzen und 2 Minuten köcheln lassen.
7. Nüsse und Kerne zufügen und einmal kurz aufkochen. Vom Herd nehmen und zur Seite stellen.
8. Marmelade aufkochen und auf den vorgebackenen Mürbteig streichen. Darauf dann den Belag gleichmäßig verteilen.
9. Im Ofen auf der mittleren Schiene weitere 12 Minuten backen und auskühlen lassen.
10. In Dreiecke mit einer Kantenlänge von ca. 4 cm schneiden.

Die Nussecken zwischen Butterbrotpapierbögen in Keksdosen schichten und an einem trockenen und kühlen Ort aufbewahren. Die Kekse sind etwa vier Wochen haltbar.



STERNE & HERZEN *mit Walnuss und Marzipan*

ZUTATEN FÜR 40-50 KEKSE

*Zeitaufwand: 1½ Stunden
plus 1 Stunde Kühlzeit*

240 g glattes Mehl
170 g gemahlene Walnüsse
170 g Puderzucker
2 TL echter Vanillezucker
1 feine Prise Salz
160 g eiskalte Butterwürfel
1 Eigelb
180 g Rohmarzipan
1 TL Rum
150 g Marmelade nach Wunsch
80 g dunkle Schokoglasur
120 g Zartbitterkuvertüre
pro Keks ½ Walnusskern



ZUBEREITUNG

1. Mehl, gemahlene Walnüsse, 100 g Puderzucker, Vanillezucker und Salz in einer Schüssel mischen und auf die Arbeitsfläche stürzen. Butterwürfel und Eigelb zufügen und flott zerkrümeln. Anschließend alles rasch zu einem glatten Teig verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde kühl stellen.
 2. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
 3. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche 2-3 mm dick ausrollen.
 4. Kekse mit ca. 4-5 cm Durchmesser ausstechen (von jeder Form 2x pro Keks).
 5. Die Kekse auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen, im Ofen ca. 8-10 Minuten backen und abkühlen lassen.
 6. Marzipan mit Rum und 70 g Puderzucker verkneten und auf einer mit Puderzucker bestreuten Arbeitsfläche 2 mm dick ausrollen.
 7. Aus der Marzipanmasse die zu den Keksen passenden Formen ausstechen (1x pro Keks).
 8. Marmelade kurz aufkochen und durch ein Sieb passieren.
 9. Die heiße Marmelade auf die Hälfte der Kekse pinseln und diese sofort mit Marzipan belegen. Marzipan ebenso mit Marmelade bestreichen und die zweite Hälfte der Kekse draufsetzen. Die Kekse 30 Minuten trocknen lassen.
 10. Inzwischen die Schokoglasur im ca. 50 °C warmen Wasserbad schmelzen. Kuvertüre hacken, in die Glasur geben und mit einem Gummispatel glatt rühren.
 11. Die Oberseite der Kekse mit Glasur überziehen und mit Walnusskernen garnieren.
- Die Kekse nach Trocknen der Glasur zwischen Butterbrotpapierbögen in Keksdosen schichten und an einem trockenen und kühlen Ort aufbewahren. Sie sind sechs bis acht Wochen haltbar.*





PISTAZIENRÖLLCHEN *mit Kakao*

ZUTATEN FÜR 40-50 KEKSE

Zeitaufwand: 1 Stunde
plus 1½ Stunden Kühlzeit

Für den Pistazienteig:

60 g Backpistazien
70 g glattes Mehl, 20 g Maisstärke
30 g Puderzucker, 1 feine Prise Salz
80 g eiskalte Butterwürfel

Für den Kakaomürbteig:

100 g glattes Mehl
8 g Kakaopulver, 40 g Puderzucker
70 g eiskalte Butterwürfel
1 Msp. abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
Mark von ½ Vanilleschote
1 feine Prise Salz, 1 kleines Eigelb
Außerdem:
1 Eigelb, mit 2 EL Milch verrührt

ZUBEREITUNG

1. Für den Pistazienteig die Pistazien in einem Cutter fein mahlen und in einer Schüssel mit Mehl, Maisstärke, Puderzucker und Salz mischen. Die Pistazienmischung auf die Arbeitsfläche schütten, Butterwürfel zufügen und mit den Fingern rasch zu Krümeln zerreiben. Alles möglichst flott zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und vor dem Weiterverarbeiten mindestens 1 Stunde im Kühlschrank rasten lassen.

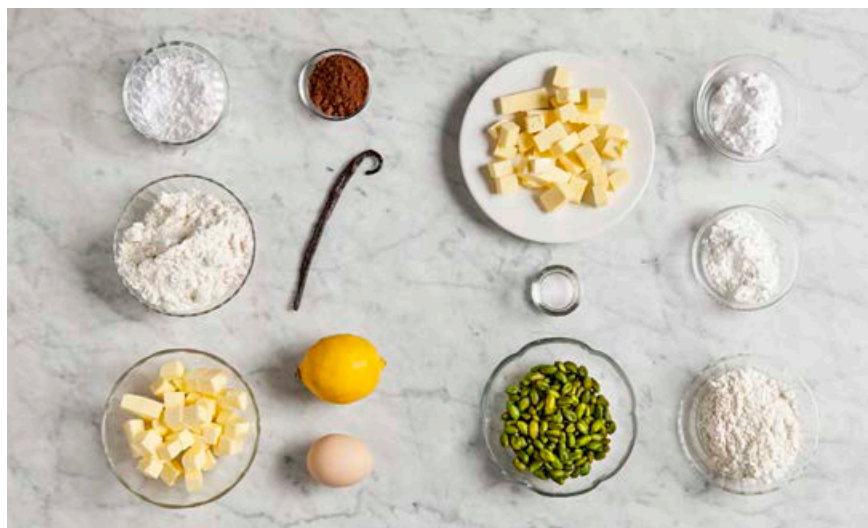
2. Für den Kakaomürbteig Mehl, Kakao und Puderzucker auf eine Arbeitsfläche sieben. Butter, Zitronenschale, Vanillemark und Salz darüber verteilen und das Eigelb zufügen. Alles mit den Fingern flott zu Krümeln zerreiben und rasch zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und mit dem Pistazienteig mindestens 1 Stunde im Kühlschrank rasten lassen.

3. Beide Teige auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu ca. 3-4 mm dicken Rechtecken von 10 x 40 cm ausrollen.

4. Den Pistazienteig mit Eigelbmilch dünn bepinseln und mit dem Kakaoteig belegen. Die beiden Teige mit einem Rollholz sehr behutsam andrücken.

5. Den Teig auf ein Backpapier legen und mit Hilfe des Papiers möglichst eng einrollen. Die Teigrolle in Frischhaltefolie wickeln und für ca. 30 Minuten einfrieren. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

6. Die Teigrolle in 4-5 mm dicke Scheiben schneiden und die Kekse mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier belegtes



Backblech verteilen. Die Pistazien-Schoko-Röllchen in ca. 10-12 Minuten hell backen.

Die Kekse zwischen Butterbrotpapierbögen in Keksdosen schichten und an einem trockenen und kühlen Ort aufbewahren. Die Kekse sind etwa fünf bis sechs Wochen haltbar.







MARONIKUGELN

ZUTATEN FÜR 50-60 KEKSE

Zeitaufwand: 1½ Stunden

60 g zimmerwarme Butter
50 g heller Rohrzucker
1 TL echter Vanillezucker
1 Prise Zimtpulver
1 feine Prise Nelkenpulver
1 Ei (Größe M)
150 g ungesüßtes Maronipüree
1 TL Rum
140-160 g gemahlene Haselnüsse

Außerdem:
120 g weiße Kuvertüre
Orangeat-Streifen
zum Garnieren

ZUBEREITUNG

1. Butter in einer tiefen, bauchigen Schüssel mit dem Handmixer luftig-cremig aufschlagen. Zucker, Vanillezucker, Zimt und Nelken zufügen und 1 Minute lang weiterschlagen. Das Ei unterrühren und die Buttermasse mit Maronipüree und Rum glatt rühren. Haselnüsse mit einem Gummi spatel vollständig untermengen.
2. Den Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
3. Aus der Masse mit feuchten Händen Kugeln von 2 cm Durchmesser formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech verteilen.

4. Maronikugeln auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten backen und auskühlen lassen.
5. Weiße Kuvertüre hacken, in eine kleine Metallschüssel geben und in einem ca. 45 °C warmen Wasserbad vollständig schmelzen.
6. Maronikugeln zur Hälfte in die Kuvertüre tauchen und mit Orangeat-Streifen garnieren.

Maronikugeln in Keksdosen an einem trockenen und kühlen Ort aufbewahren. Die Kekse sind etwa vier bis fünf Wochen haltbar.



Schöne und nützliche Küchenhelfer für die Keksbackstube haben wir auf servusmarktplatz.com entdeckt.



MANDELSCHNITTEN

ZUTATEN FÜR CA. 60 KEKSE

*Zeitaufwand: 2 Stunden
plus 1 Stunde Kühlzeit*

Für den Mürbteig:

150 g glattes Mehl
50 g gemahlene Mandeln
50 g Puderzucker
1 TL echter Vanillezucker
1 feine Prise Salz
1 Prise Zimtpulver
100 g eiskalte Butterwürfel
½ TL abgeriebene Schale von 1 Bio-Orange
1 Eigelb

Für den Belag:

160 g Heidelbeermarmelade
2 Eiweiß
1 feine Prise Salz
80 g Feinkristallzucker
100 g gehackte Mandeln

ZUBEREITUNG

1. Mehl, Mandeln, Puderzucker, Vanillezucker, Salz und Zimt in einer Schüssel mischen und auf die Arbeitsfläche schütten. Butterwürfel, Orangenschale und Eigelb zufügen und mit den Fingern rasch zerbröseln. Alles möglichst flott zu einem glatten Teig verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde lang kühl stellen.
2. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
3. Mürbteig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem 1 cm dicken Rechteck ausrollen. Teig auf ein Backpapier legen und zu einem 3 mm dicken Rechteck ausrollen.
4. Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen und im Ofen auf der untersten Schiene ca. 10-12 Minuten backen.
5. Heidelbeermarmelade kurz aufkochen und auf den Mürbteig streichen.
6. Eiweiß mit Salz und Zucker zu einem geschmeidigen Eischnee schlagen und die Mandeln luftig unterheben.
7. Die Mandelmasse auf den Mürbteigboden streichen, die Ofentemperatur auf 150 °C reduzieren und auf der zweiten Schiene von unten in ca. 20-25 Minuten (auf Sicht) hell backen.
8. Den gebackenen Teig abkühlen lassen und in Rauten schneiden.

Mandelschnitten zwischen Butterbrotpapierbögen in Keksdosen schichten und an einem trockenen und kühlen Ort aufbewahren. Die Kekse sind ungefähr zwei Wochen haltbar.





Urgestein. Für Peppi Bachmaier ist sein Wirtshaus auch gleich sein Wohnzimmer. Seit dem Umbau von 1891 hat das Erdgeschoss eine Fassade im Stil der Neurenaissance.

INSTITUTION AN DER ISAR

Das Fraunhofer in München hat 250 Jahre Tradition, einen charismatischen Wirt und jede Menge Atmosphäre. Hier schmeckt's noch wie früher, auch der famose Bio-Schweinsbraten ist etwas Besonderes.

TEXT: THOMAS G. KONOFOL FOTOS: FLORIAN BACHMEIER

Schau, Bua, dös san freilaufende Sauen, die hobn noch richtig a schöne Muskulatur..." Diese Worte seines Vaters wird Josef Bachmaier, den seine Spezln bloß Peppi nennen, niemals vergessen. Kaspar Bachmaier, Metzger seines Zeichens, kam von einem Erdinger Bauernhof. Den Sohn nahm er schon mal mit aufs Land, wenn dort geschlachtet wurde. Das hatte Folgen. Der Peppi machte eine Metzgerlehre und stellte, auch als er später andere Wege ging, stets höchste Ansprüche an das Stück Fleisch auf seinem Teller: „Wie kann man Wirt sein, wenn man keine Lust am guten Essen hat?“

Mutter Maria war Wirtin in Schwabing gewesen, bevor sie in zweiter Ehe den Metzgermeister Bachmaier aus der Isarvorstadt heiratete. „Und kochen konnte

die“, schwärmt der Peppi immer noch verzückt. „An unserem Schweinsbraten hier im Fraunhofer hätten die Eltern auch heute noch ihre Freude.“

Ganz bestimmt – auch wenn das Fleisch jetzt vom Bio-Metzger Juffinger aus Tirol bezogen wird. „Wir nehmen für den Braten immer Hals und Schulter nebeneinander“, betont unser Gastgeber. „Der Kontrast von eher mürber und etwas bissfesterer Konsistenz hat einen besonderen Reiz.“

Die Geschichte des Fraunhofer ist fast 250 Jahre alt. 1775 wurde aus einer alten Bäckerei, dem „Brodhäusl“, eine vom Magistrat konzessionierte „Bierzäpflerey“, also eine Schankwirtschaft. Sie lag an einem zum Isarufer führenden Weg, der seit 1830 nach dem Optiker, Physiker und Erfinder Joseph von Fraunhofer (1787–1826)

benannt ist und „Fraunhoferstraße“ heißt. Im Laufe der Jahrhunderte wechselte das Anwesen mehrfach Namen, Besitzer und Pächter – und sogar zweimal die Hausnummer. Es wurde auch immer wieder umgebaut. Das heutige Gebäude ist ein Kind des Historismus. Hinter der Neurenaissance-Fassade des Erdgeschosses entstand 1896 ein wunderschönes neubarockes Interieur, das die ursprünglich bescheidene Wirtschaft zum „Restaurant Fraunhofer“ adelte.

REBELL MIT BODENHAFTUNG

Dass es weitgehend original erhalten blieb, ist dem Peppi Bachmaier zu verdanken. Man könnte ihn einen rebellischen Traditionalisten nennen: weltoffen zwar und ein bisserl anarchisch, doch fest verwurzelt im Viertel zwischen Isar und Sendlinger Tor, ➡



SCHWEINEBRATEN IN DUNKELBIERSAUCE



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zeitaufwand: 2 Stunden

**1,2 kg Bio-Schweinefleisch
(Halsgrat und/oder Schulter)**
Salz, Pfeffer
1 TL gemahlener Kümmel
1 Knoblauchzehe, geschält und halbiert
3 EL Butterschmalz
1 große Zwiebel
2 Bund Suppengrün
(Karotten, Sellerie, Lauch, Petersilie)
0,5 l dunkles Bier
250 ml Fleischbrühe

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Schweinefleisch waschen, trocken tupfen, mit Salz, Pfeffer, Kümmel und der halben Knoblauchzehe einreiben. Schwarte rautenförmig mit einem scharfen Messer einschneiden.

Tipp: Wer gut durchwachsesenes, saftiges Fleisch schätzt, nimmt mehr vom Schweinehals. Wer gern eine krosse Kruste hat, bevorzugt ein Schulterstück mit Schwarte.

2. Butterschmalz in einem Bräter auf dem Herd erhitzen, Schweinefleisch auf der Schwarte und von allen Seiten zirka 3 Minuten scharf anbraten und wieder herausnehmen.

3. Zwiebel und restliche Knoblauchzehe fein hacken, Suppengrün grob würfeln und alles im Bräter zirka 3 Minuten anbraten. Fleisch darauflegen (mit der Schwarte nach oben), jeweils die Hälfte des Bieres und der Fleischbrühe angießen und den Bräter in den Ofen schieben.

4. Das Ganze gut 90 Minuten im Ofen schmoren lassen, dabei das Fleisch immer wieder mit restlicher Brühe, restlichem Bier und Bratensaft begießen.

Tipp: Die Schwarte ab und zu mit kaltem Wasser einpinseln, damit sie schön knusprig wird.

5. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen und warm stellen. Den Bratenfond mit dem Gemüse durch ein Sieb streichen, in einem Topf auffangen und auf dem Herd bis zur gewünschten Konsistenz einkochen, mit Salz, Pfeffer und eventuell etwas Dunkelbeer abschmecken.

Tipp: Den Braten nochmal zurück in den Bräter geben und die Schwarte zirka 3 Minuten unter dem Backofengrill rösten. Dann kriegt man ein resches „Rankerl“ (Kruste) wie aus dem Bilderbuch.

6. Den Braten in Scheiben schneiden, auf Tellern anrichten und mit der Sauce servieren.

Tipp: Zum Schneiden den Braten mit der Kruste nach unten aufs Brett legen – so lässt sich die Schwarte leichter durchtrennen.

Traditionell werden zum Schweinsbraten Kartoffel- oder Semmelknödel und Krautsalat gereicht.



Echte Wirtshauskulisse. Tische, Stühle und die schöne Wandvertäfelung sind aus Holz, ganz hinten im Eck steht die Büste von Namenspatron Joseph von Fraunhofer. Oben rechts: Kultkellnerin „Schützenliesl“. Unten: alte Drehschalter, voll funktionsfähig.

wo er, 1947 geboren, eine typische Nachkriegs-kindheit verbrachte und in den Ruinen Münchens auf Schatzsuche ging.

Schon als junger Mann handelte Peppi mit Antiquitäten, auch auf Münchner Kleinkunsthöfen war er damals erfolgreich. Im Jahre 1974 pachtete er dann das Fraunhofer von der Spaten-Brauerei.

Halb belustigt, halb wehmütig erinnert er sich: „Niemand wollte damals dessen Schönheit sehen. Um ein Haar hätten s' eine Hendlbraterei, eine „Wienerwald“-Filiale, daraus gemacht. Mit Resopaltischen! Freilich war die Einrichtung restaurierungsbedürftig. Die Stuckdecke und die Vertäfelungen hab ich eigenhändig herausgestemmt. Glücklicherweise fand sich im Spaten-Lager aber noch authentisches Wirtshausmobiliar aus dem frühen 20. Jahrhundert.“

Anfangs verkehrten im vor den Hendlbratern geretteten Fraunhofer überwiegend Studenten und sonstige wenig Bemittelte, die mehr Durst als Hunger hatten. Wenn sie überhaupt was aßen, begnügten sie sich mit Würstln, Leberkas oder Schinkennudeln. „Das war schon ein ziemlich wilder Haufen“, räumt der Peppi ein. „Es kamen auch ‚unbegleitete Damen‘ und manch andere Zeitgenossen, die nicht der bürgerlichen Norm entsprachen. Eine Weile standen wir unter polizeilicher Beobachtung. Einmal wurde ich sogar in Handschellen abgeführt, wegen Überschreitung der Sperrstunde und Widerstands gegen die Staatsgewalt.“

Längst hat sich das schräge Studentenlokal zu einer gediegenen Adresse für gehobene bayerische Küche gemausert. Aber die kultige Kleinkunsthöhle im Hinterhof gibt

es noch immer – genauso wie das (sehr) „alternative“ Werkstattkino in der einstigen Kegelbahn. Und die Bodenhaftung hat der Peppi bei alledem nicht verloren. Nach wie vor darf geschafkopft werden, und neuerdings „spuit d' Musi“ jeden Sonntag auf der „Kirchweih im Fraunhofer“.

Darauf legt der große Freund und Förderer alpenländischer Volksmusik gesteigerten Wert. Und noch etwas ist ihm wichtig: „Die besten Plätze an den hohen Fenstern werden nicht reserviert. Man muss auch spontan reinkommen und sich hinsetzen können, wo man mag. In einem echten Wirtshaus gehört sich das so!“

✳ **Wirtshaus Fraunhofer**, Fraunhoferstraße 9, 80469 München, Tel.: 089/26 64 60, fraunhofertheater.de

Kleine Rotkraut-Flechtstrudel mit Speck und Orange

Zubereitet mit: Tante Fanny Frischer Dinkel-Blätterteig 270 g



Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten **Backzeit:** ca. 20 Minuten **Ober-/Unterhitze:** 220 °C **Heißluft:** 200 °C



TIPP

✎ Anstatt vier kleiner Strudel kann auch ein großer Strudel gebacken werden.

Zutaten:

- 1 Packung Tante Fanny Frischer Dinkel-Blätterteig 270 g
- 400 g Rotkraut aus dem Kühlregal, gut abgetropft
- 2 EL Brösel
- 80 g Speckwürfel
- 1 Orange, abgerieben und filetiert
- 2 EL flüssige Butter zum Bestreichen
- Salz und Pfeffer, gemahlen
- 2 EL Mohn zum Bestreuen

Zubereitung:

1. Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und Teig laut Packungsanleitung vorbereiten.
2. Rotkraut mit Bröseln, Speck, Orangenabrieb und gehackten Orangenfilets vermengen und Masse mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Teig mit dem mitgerollten Backpapier direkt am Backblech entrollen, der Länge und der Breite nach halbieren, sodass vier Rechtecke entstehen. Rotkrautmasse mittig auf die vier Rechtecke geben.
4. Die Teiggränder links und rechts mit einem Messer im Abstand von 1 cm ca. 4 cm tief einschneiden. Teigstreifen abwechselnd über dem Rotkraut übereinanderklappen.
5. Die vier Strudel mit Butter bestreichen und mit Mohn bestreuen.
6. Im Backofen ca. 20 Minuten auf unterster Schiene goldbraun backen.



Das frische Dinkel-Sortiment von Tante Fanny umfasst den Dinkel-Pizzateig 400 g, den Dinkel-Blätterteig 270 g und den Dinkel-Flammkuchenteig 260 g. Dinkelmehl bietet mit seiner nussigen Note eine geschmackvolle Alternative zum Weizenmehl.

Besuche uns auch auf





SCHÖNES FÜR DRINNEN

REDAKTION: ALICE FERNAU

FUNDSTÜCK

Schranktüren zum Anlehnen

Was tun mit einem alten **Wäschschrank**, der windschief auf dem Dachboden sein Dasein fristet? Ganz einfach: Die schönen Holztüren werden zur rustikalen **Wandverkleidung in der Kuschelecke** umgemodelt. Die Türen aushängen, abbeizen und mit feinkörnigem Schleifpapier bearbeiten.

Mit **Bienenwachs** einlassen. Während das Wachs einzieht, den Bereich rund um den Diwan ausmessen und die hölzernen Flügel nach Maß zuschneiden.

Dann die Höhe der Wandverkleidung bestimmen und mithilfe einer Wasserwaage anzeichnen. Zuerst die geteilte Tür in die Ecke montieren und im Anschluss die zweite Tür an der Wand fixieren.



◀ RUHEKISSEN AUS BAD MITTERNDORF

Wenn es um seine **Zirben** geht, kennt **Karl Pirker** keine Kompromisse. Geschlägert werden die Bäume nur an bestimmten Tagen, um beste Qualität zu garantieren. Am liebsten greift er zu **Holz vom Dachsteinplateau**. Und auch bei der Lagerung ist für den gelernten Schreiner und Drechslermeister nur das Beste gut genug. Bevor die spiralförmigen Zirbenspäne gehobelt werden, darf das Holz erst einmal trocknen – und zwar viele Jahre. Die Zirbenkissen mit Modelldruck gibt es in Rot, Blau und Grün um jeweils 19 Euro bei **servusmarktplatz.com**

*„Ein großes, ein warmes Herz
ist die ganze Anlage zur Seligkeit,
und ein Freund ist ihre Vollendung.“*

Friedrich von Schiller (1759–1805)

▼ VILLGRATER WÄRMESPENDER

Josef Schett ist fest am Osttiroler **Lahnberg** verwurzelt. Seiner Heimatverbundenheit und seiner Liebe zum echten Handwerk ist es zu verdanken, dass es heute bei **Villgrater Natur** viel Schönes für zu Hause gibt. Etwa die Kuscheldecke aus Schafschurwolle in drei verschiedenen Größen um 132 bis 199 Euro bei villgraternatur.at, Tel.: +43/4843/55 20



▶ ZEHENSCHMEICHLER AUS SALZBURG ▶

Wenn es um Schaffelle geht, liegt man bei **Walter Eckschlager** genau richtig. Aus der kleinen elterlichen **Gemischwarenhandlung** in Hof bei Salzburg hat er im Lauf der Jahre einen renommierten Betrieb geschaffen, der weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt ist. Heute wie damals gilt: Nur die besten Materialien finden Verwendung, die kuscheligen **Lammfell-Hüttenpantoffeln** sind zudem in liebevoller Heimarbeit genäht.

Erhältlich in drei Farben um 79,90 Euro bei shop.fellhof.com, Tel.: +43/6229/367 70



▲ MÜNCHNER TONKUNST

Seit mittlerweile 35 Jahren freut sich **Suzanne Bühler**, mitten im Münchner Gärtnerplatzviertel daheim, beinahe täglich auf ihre Arbeit mit Ton und Porzellan. Und diese Begeisterung spürt man, sobald man ihre **Schalen, Teller und Haferl** in Händen hält. Die Schüsseln gibt es in klein (28 Euro pro Stück), mittelgroß (jeweils 38 Euro) und groß (70 Euro) bei purkeramik.de, Tel.: 089/34 56 81





Schlichte Fassade. Das ehemalige Hofbeamtenhaus zur Straßenseite.
Die größere Gaube ist original, die kleinere kam neu hinzu.

GROSSE LIEBE AM BODENSEE

Hausgeschichten sind immer auch Liebesgeschichten. Die von Anja und Tobias spielt im verträumten Meersburg am Bodensee. Die einfühlsame Sanierung des 300 Jahre alten Barockhauses gilt als Meisterleistung regionaler Handwerkskunst.

TEXT: THOMAS G. KONOFL FOTOS: INGOLF HATZ

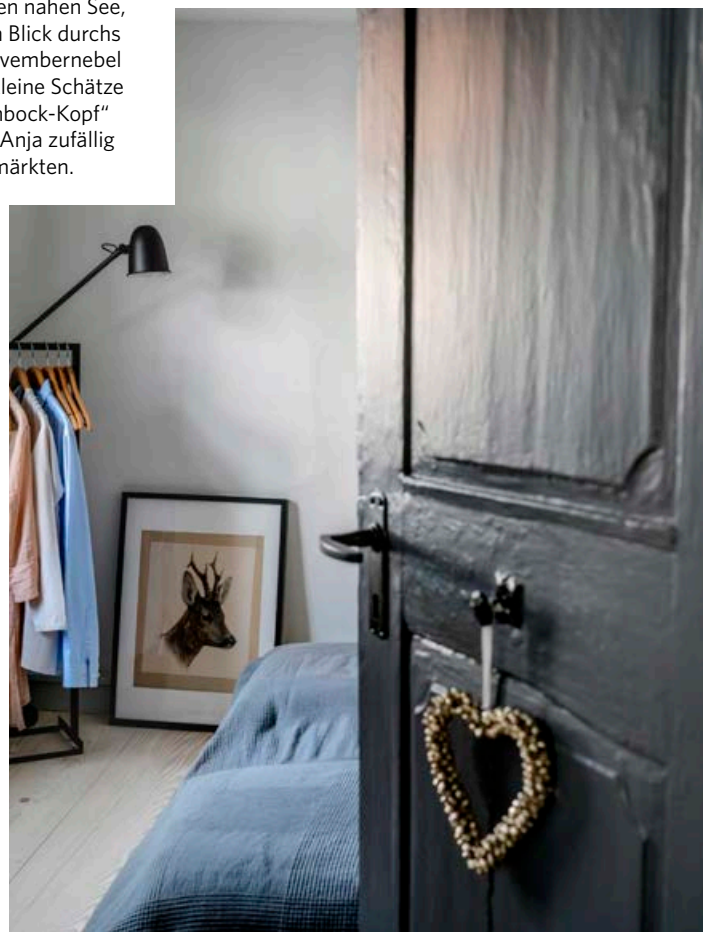
Unzertrennlich
Anja und Tobias mit
Mischlingshündin
Emma auf der alten
Eichenholzstiege,
die einen neuen
Anstrich erhielt.







Ruhiges Plätzchen. In der Dachgaube neben dem „Elternbad“ laden dänische Sessel zur Siesta zwischen weiß geschlammtem Gebälk. Stilvoll: Stahlseile als Wäscheleinen. Die Segelboote (rechts oben) beschwören den nahen See, den man beim Blick durchs Fenster im Novembernebel oft nur ahnt. Kleine Schätze wie den „Rehbock-Kopf“ (unten) fand Anja zufällig auf Flohmärkten.



Sie stehen mitten im Leben und wissen, was sie wollen. Trotzdem haben Anja und Tobias fast 20 Jahre lang von ihrem Domizil am Bodensee bloß geträumt – es wirklich zu besitzen schien der gelernten Fotografin und dem Immobilienfachwirt ziemlich realitätsfern. Noch heute sind die beiden im Raum Stuttgart daheim, aber ihre Herzen schlagen für das Schwäbische Meer, seit sie den ersten gemeinsamen Urlaub dort verbrachten.

„Die bezaubernde Gegend ließ uns nicht mehr los. Und es gefiel uns gar nicht, dass wir nach einem entspannten Tag am See abends immer todmüde nach Hause fahren mussten“, erzählt Anja. Eine kleine Ferienwohnung in Meersburg – wäre das nicht ideal? Unsterblich hatten sie sich in das geschichtsträchtige Seestädtchen verliebt, das ihnen wie eine romantische Filmkulisse vorkam. Irgendwann entdeckten sie das sogenannte „Lakaienviertel“ in der Oberstadt, eine Reihenhaussiedlung aus der Barockzeit, die darauf wartete, dass jemand sie vor dem Verfall bewahrte. Und der Traum des jungen Paares nahm plötzlich Gestalt an.

EINST LOGIERTEN HIER HOFBEAMTE

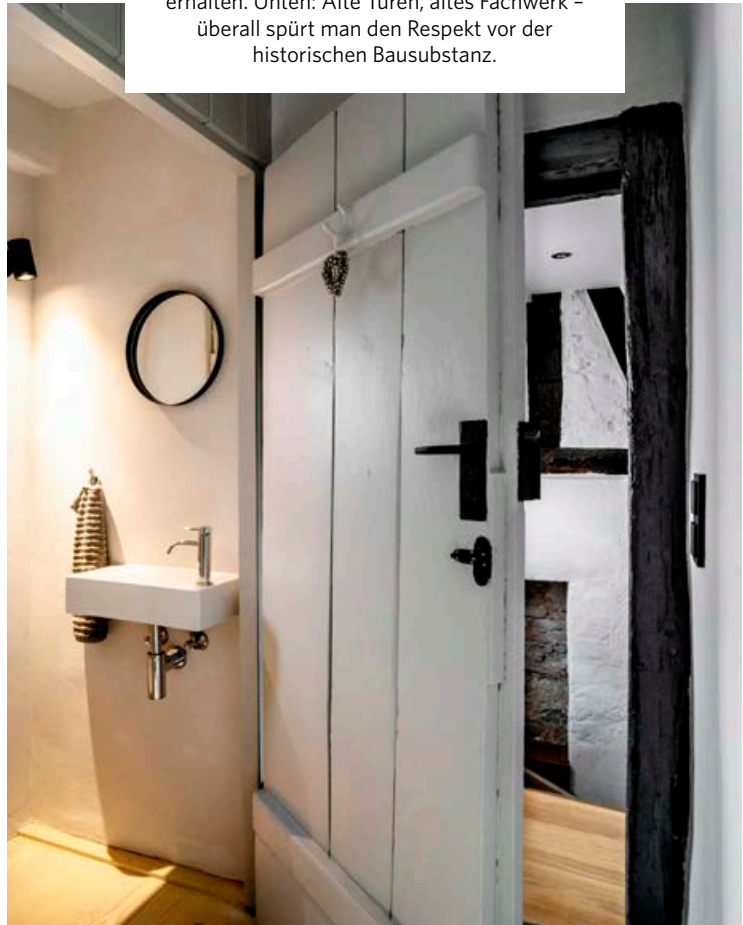
Als Anja eines dieser Häuser im Internet-Angebot eines Maklers wiedererkannte, zögerten die beiden nicht länger: „Wir kauften es blind, der Handel wurde per Handschlag besiegelt.“ Das war 2016 – keine zwei Jahre später konnten sie einziehen.

Das äußerlich schmucklose Anwesen hatte der in Meersburg residierende Konstanzer Fürstbischof Johann Franz Freiherr Schenk von Stauffenberg (1658–1740) anno 1724 als Logis für seine Hofbeamten errichten lassen. Der steinerne Futtertrog im Keller und der im Dachgeschoss noch vorhandene Lastenaufzug deuten darauf hin, dass hier früher auch Vieh gehalten und Waren gelagert wurden.

„Das Haus war im Prinzip sofort bewohnbar“, sagt Tobias, „wir hätten uns mit einer bloßen Oberflächen-sanierung begnügen können.“ Dass es anders kam, ist vor allem Zimmerermeister Sebastian Schmäh zu verdanken. Ihm gelang es, die Hausbesitzer von seiner Devise „Wenn schon sanieren, dann auch richtig“ zu überzeugen. Es wurden die An- und Umbauten von 1870 und 1930 ebenso in das Projekt integriert wie ➡



Sichtbare Geschichte. Im Dachgeschoss wurden einst Waren gelagert, der Lastenaufzug – im Bild das Gegengewicht – ist noch erhalten. Unten: Alte Türen, altes Fachwerk – überall spürt man den Respekt vor der historischen Bausubstanz.





Kluges Konzept. In der offenen Küche am lichtdurchfluteten Essplatz wurde die Lehmdecke originalgetreu wiederhergestellt. Unten: Im Wohnbereich verwirklichte die kreative Hausherrin eigene Ideen. Das zugemauerte Fenster an der Rückwand ist wie ein gerahmtes Gemälde gestaltet, statt eines Couchtischs gibt es eine Sitzbank mit „Tischbrücke“ aus Eichenholz.





Ein bisschen Frieden. Auch der Waschtisch im Kinderbad ist ein handwerkliches Schmuckstück. Unten: Der bunte Kranz an der Zimmertür von Tochter Lilly stammt von einem Hippie-Markt.



die Fenster aus den 1960er-Jahren und die zwei großen Giebelgauben aus den 1980ern, die heute zusammen mit drei neuen, kleineren Gauben für viel Licht und Luft im Dachgeschoss sorgen.

Überall im Haus spürt man den Respekt vor der historischen Bausubstanz, zugleich aber auch das Bestreben, zeitgemäße Lösungen zu finden: diffusionsoffene, klimaregulierende Kalkputze oder Kalkschlämme für Wände, Decken und Balken, „reversible“ Wandbeschichtungen, die mit Wasser einfach wieder abgewaschen werden können (was viel schneller geht, als – wie oft nötig – mehrere Lagen Tapete zu entfernen), statt Fliesen ein pflegeleichter Mineralwerkstoff aus gemahlenem Stein in den Duschbädern, ökologisch sinnvolles Mondphasenholz vom nahen Markdorfer Wald für die neuen Dielenböden.

KLEINES KUNSTWERK AN ALTEN WÄNDEN

Ein besonderer Hingucker im Wohnbereich ist der „Engadiner Sgraffito“ an einer Wand, die ursprünglich die Außenmauer des Nebenhauses war. Als die ältesten Putzschichten freigelegt wurden, kamen nicht nur die Konturen einer ehemaligen Fensteröffnung zum Vorschein, sondern auch farblich abgesetzte, fein eingritzte Quaderungen. „Sgraffiti dieser Qualität“, erklärt Sebastian Schmäh, „sieht man hier sonst nur am Neuen Schloss, was die hohe Wertigkeit der Meersburger Hofbeamtenhäuser beweist.“

Das puristische Farbkonzept passt zur Landschaft wie zum Haus: Tiefes Blau zitiert den in Sichtweite wogenden See, Weiß- und Grautöne machen die Räume hell und freundlich. „Das Anthrazit der Türen“, ergänzt Anja, „ist sogar authentisch – es entspricht exakt der ältesten Farbschicht, die wir freigekratzt haben.“

Die aufs Wesentliche reduzierte moderne Möblierung mit so formschönen wie funktionellen Designerstücken fügt sich harmonisch in den barocken Rahmen ein. Reine Dekorationsobjekte sind eher verpönt – Tobias mag solchen „Firlefanzen“ nicht. Aber ein paar Fundsachen vom Flohmarkt gibt es doch. Den bunten Hippie-Kranz mit dem „Peace“-Zeichen, der die Zimmertür von Tochter Lilly, 17, ziert, möchte Anja nicht missen. „Bei so wenig Deko darf ‚ein bisschen Frieden‘ schon sein. Wenn es den nicht gäbe, was hätten wir dann von unserem Haus?“

Die Schönheit der Natur entdecken



Jahresabo
6 Ausgaben
+ 2 Specials
für nur **€ 39***

Darauf können Sie sich in jeder Ausgabe freuen:



BERGPORTRÄT

Ein Berg oder eine Bergregion wird anhand der dortigen Menschen, Hütten, Touren und der Geschichte vorgestellt.



REGIONEN

Wanderungen und Porträts von Hütten in den schönsten Alpenregionen – mit Tipps und Infos.



SPORT

Bouldern, Skitourengehen oder Mountainbiken – wenn mehr Adrenalin gefragt ist.



MENSCHEN

Was Profis mitnehmen – sowie viele Interviews und Essays für einen anderen Blick auf die Berge.



LEBEN

Rezepte für die Tour, funktionelle Outdoor-Mode – und was wir sonst noch an Ausrüstung empfehlen.

Jetzt am Kiosk & im Abo

bergwelten.com/abo

*Deutschland, Österreich und Italien inkl. Versand, andere Länder zzgl. €22 Versandkosten.
Vorzugspreis für Alpenvereinsmitglieder: €30 statt €39.

KERZENSCHNITT, GLÜCK DAHEIM

Wenn es draußen früher dunkel wird, zünden wir drinnen selbst gemachte Kerzen an. Mit etwas Geschick und Hingabe sind die kleinen Schmuckstücke schnell gegossen und gezogen.

REDAKTION: ALICE FERNAU, LAURA WINKLER FOTOS ALEXI PELEKANOS

STYLING: MICHAELA GABLER

ZAUBERHAFTE LICHTGESTALTEN



Wer zu Hause seine eigenen Kerzen machen möchte, sollte einiges beachten: Zuerst die **Arbeitsfläche mit Backpapier** auslegen. Wachs-spritzer und -reste lassen sich gut von dieser Oberfläche lösen und wieder einschmelzen. Einen kleinen Schöpfer mit **Gießschnabel** oder ein **Kännchen aus Metall** bereitstellen, **Dochte mit Standplättchen** in verschiedenen Längen und Formen-Trennspray vorbereiten (beides gibt es im Bastelgeschäft). Das **Wachs immer im Wasserbad verflüssigen**, damit es nicht anbrennt. Wir haben alte **Pralinen- und Backformen** umgemodelt und **Reisig vom Sadebaum** auf einem silbernen Tablett arrangiert. Dochte mit Standplättchen zuschneiden (1 cm länger als die jeweilige Form) und vorsichtig das Wachs mit dem vorgewärmten Metallkännchen dazugießen. Dann einfach warten, bis sich das Wachs wieder verfestigt hat.



LEUCHTENDE WIPFEL



Die **lindgrünen Tannen** mit Docht sind zwar eine **kleine Herausforderung** beim Basteln, dafür sehen sie aber am Ende besonders hübsch aus.

So geht's: Mehrere **Tannenbaum-Keksformen** mit **Trennspray** einsprühen und trocknen lassen. Eine **Silikonmatte** in eine Springform legen und die Keksformen **dicht an dicht** hineinschichten. Jede Form zunächst nur etwa 5 mm hoch mit Wachs befüllen und fest werden lassen. Währenddessen die **Dochte** zurechtschneiden (1 cm länger als die jeweilige Baumform). Die **Dochte mittig in die Form legen** und an den Spitzen der Bäume den Docht senkrecht nach oben biegen. Jetzt die Formen weiter mit **flüssigem Wachs** befüllen und warten, bis es fest geworden ist. Danach vorsichtig aus den Formen lösen – und fertig.

ZARTE FREUDENFEUER



Die **Baumkerzen** sehen nicht nur in Moos gebettet schön aus. Als Tortendekoration werden sie zum regelrechten Blickfang. Wir haben einfachen **Sandkuchen** mit einer **Crème** aus Frischkäse, Schlagsahne, Zucker, Vanillezucker und Zitronenzeste dekoriert und die selbst gemachten **Tannenkerzen** in die süße **Schneelandschaft** gesteckt.

Wichtig: Brennende Kerzen nie unbeaufsichtigt lassen, Pflanzen feucht halten und für feuerfesten Untergrund sorgen.





STRAHLENDE SCHÖNHEITEN



Selbst gezogene Kerzen machen viel Freude. Besonders wenn man sie mit **Polstermoos** in eine zylindrische **Vase** stellt.

Zum **Kerzenziehen** einen möglichst **hohen, schmalen** Topf ins Wasserbad stellen und **Wachspastillen** (bei uns waren es ca. 3 kg) darin schmelzen. Daneben einen **Eimer kaltes Wasser** bereitstellen. Bei einer späteren Kerzenlänge von 20 cm ungefähr 75 cm lange **Dochtschnüre** zurechtschneiden und jeweils eine davon in der Hälfte über eine waagrecht gehaltene **Leiste** (ca. 5 cm breit) legen, sodass die Enden nach unten hängen.

An beide Enden 1 cm große **Schraubenmuttern** binden; sie dienen später beim Ziehen von 2 Kerzen als **Beschwerung** für die Dochte. Jetzt die Leiste über den Wachstopf halten, die Schnüre, mit den Muttern voran, langsam ins flüssige Wachs **tunken** und genauso langsam wieder herausziehen. Dann **kurz ins kalte Wasser** daneben tauchen. Vorsicht: Der Docht darf dabei nicht nass werden. Den Vorgang so oft wiederholen, bis die gewünschte Kerzendicke erreicht ist.

Die **Muttern** mit der Schere **abschneiden**, die Enden ein letztes Mal zum **Versiegeln** in das Wachs tauchen.

Gut zu wissen: Bevor man die Kerzen zum finalen Aushärten aufhängt, vorsichtig über Butterpapier rollen – so werden sie schön gerade.





TANJAS
TIERLEBEN

VON TIERÄRZTIN TANJA WARTER

DIE STUNDE DER KATZEN

Als Dämmerungsjäger sind Katzen spätabends und frühmorgens unterwegs. Wer die Streuner dabei schon beobachtet hat, kennt auch ihre narrischen fünf Minuten.

Begegnungen mit Katzen in der Nacht sind faszinierend. Das mag an der lautlosen Art der Stubentiger liegen. Daran, dass nachts alle Katzen grau und schwer zu unterscheiden sind. Auch daran, dass die Augen der Katzen im Gegenlicht leuchtend hell strahlen. Oder ganz einfach daran, dass Hunde nun einmal nicht im Dunkeln durch die Straßen ziehen.

Biologisch betrachtet gibt es eine einfache Erklärung: Hunde sind tagaktiv und können im Dunkeln nicht so gut sehen. Katzen hingegen sind dämmerungsaktiv. Sie erkennen Mäuse auch dann, wenn es schon (ziemlich) dunkel ist. Werden die Tage rapide kürzer, schlägt also die Stunde der Katzen.

Doch warum können Katzen eigentlich im Dunkeln so gut sehen? Den Grund dafür findet man in der Netzhaut, mit der die Hinterwand des Auges ausgekleidet ist. Dort gibt es zwei Zelltypen: Zapfen, die für das Farbsehen zuständig sind und viel Licht benötigen; und Stäbchen, die auch bei wenig Licht ein Bild liefern, dafür aber auf Farbe verzichten.

HAUSTIER MIT DEN GRÖSSTEN AUGEN

Katzenaugen sind überwiegend mit Stäbchen ausgestattet. Mieze sieht im Dunkeln damit sechsmal besser als wir Menschen. Das geht zulasten der Farben. Grün- und Blautöne, so vermuten die Experten aktuell,

sind die einzigen für Katzen wahrnehmbaren Farben. Katzenaugen sind nicht nur wegen der Stäbchen lichtempfindlicher, sie können Licht auch besser einfangen. Die Pupillen, die bei Helligkeit schlitzförmig verengt sind, öffnen sich bei Dunkelheit zu Kreisen mit einem Durchmesser von 1,5 Zentimetern und sammeln so viel Licht wie möglich aus der Umgebung.

In Relation zu ihrer Körpergröße haben Katzen die größten Augen unter unseren Haustieren. Und ein dritter Trick der Natur unterstützt die Katzen beim Sehen im Finstern. Licht, das durch die Netzhaut gefallen ist, wird von einer speziellen Schicht namens „leuchtender Teppich“



Nachtaktive Jägerin. Selbst in der Dämmerung entgeht ihr nichts. Dabei nimmt man aktuell an, dass eine Katze die Welt nur in Grün- und Blautönen sieht.

(für die Lateiner: *Tapetum lucidum*) reflektiert und dann noch einmal zur Netzhaut geschickt. Die Zapfen und Stäbchen bekommen dasselbe Licht also zweimal ab. Nebenbei sorgt diese Leuchtschicht auch für die strahlenden Augen der Katzen im Scheinwerferlicht.

Als Dämmerungsjäger sind unsere schnurrenden Lieblinge vor allem in den späten Abendstunden und am frühen Morgen aktiv. Katzenbesitzer bekommen das zu spüren. Immer wieder berichten sie mir von den abendlichen „narrischen fünf Minuten“ oder von lautem Miauen und Spiel-laune noch vor sechs Uhr in der Früh. Die Biologie ist schuld daran.



DAS UNWIDERSTEHLICHE AROMA DER BÖCKE

Jetzt herrscht Paarungszeit im Ziegenstall.

Wer einen Ziegenstall in der Umgebung hat, dem wird eines nicht verborgen bleiben: Selten meckern und schreien Ziegen so lautstark, intensiv und hingebungsvoll wie im Spätherbst und Frühwinter. Anders als man es von vielen anderen Tierarten her kennt, deren Paarungszeit in den Frühling oder den Sommer fällt, herrscht jetzt bei Familie Ziege Hochzeitsstimmung.

Das Verhalten weiblicher Ziegen wird nun als „zickig“ bezeichnet. Sie rennen aufgereggt umher, wedeln mit dem Schwanz und stoßen andere Weibchen weg, wenn diese zu nahe kommen.

Als Pendant dazu wird das Verhalten der Böcke „bockig“ genannt. Böcke sondern jetzt vermehrt ihren typischen intensiven Geruch ab. Nicht jedermanns Sache. Der Duft entsteht in Drüsen neben den Hörnern, er verteilt sich leicht und bleibt besonders lang haften. Manche Ziegenbockbesitzer versuchten schon, die Aromen mit einer täglichen Dusche des Tieres in den Griff zu bekommen. Es sei versichert: Das ist vergebliche Liebesmüh. Weibliche Ziegen zumindest finden das Aroma attraktiv.

Böcke sind in dieser Phase, die als Brunft bezeichnet wird, wesentlich temperamentvoller. Bei einem Besuch im Stall oder im Auslauf darf man sie nicht aus den Augen lassen, denn sie sehen Menschen mitunter als Eindringlinge und galoppieren mit gesenktem Kopf auf sie los. Doch wenn in fünf Monaten die Zicklein da sind, haben Ziegenbesitzer das meist wieder vergessen.



Hochzeitsstimmung. Bockig und zickig nennt man das Verhalten von männlichen und weiblichen Ziegen in der Paarungszeit.



SO WILD IST UNSERE SPRACHE

Herbstzeit ist Jagdzeit. Viele Ausdrücke, die wir heute ganz selbstverständlich verwenden, haben ihren Ursprung in der Jagd. Wir haben ein paar bekannte Beispiele herausgepickt und unter die Lupe genommen.

TEXT: CAROLIN GIERMINDL UND PAUL HERBERSTEIN
ILLUSTRATIONEN: ANDREAS POSSELT

The background illustration shows a hunter in a green coat and hat aiming a long-barreled gun. A boar is running across the field, and a rabbit is visible near the hunter. The sky is blue with white clouds and a large yellow sun. A string of white cloth flaps hangs across the sky.

LUNTE RIECHEN

Die ersten Feuerwaffen wurden einst mittels einer Lunte, einer brennenden Schnur, gezündet. Und weil das Abbrennen dieser Lunte nicht nur mit einem leisen Zischen, sondern auch mit dem Geruch von Salpeter verbunden war, konnten aufmerksame Wildtiere sozusagen den Braten, den sie später abgeben sollten, riechen – und entkamen so der drohenden Gefahr.

DURCH DIE LAPPEN GEHEN

In früheren Jagdtagen umzäunte man größere Waldstücke mit dünnen Schnüren und befestigte daran Stofflappen. Diese im Wind baumelnden Textilien sollten die Wildtiere, so der Plan, in Richtung des lauernden Schützen lenken. Durchschaute ein Tier allerdings dieses Vorhaben und schlüpfte unter der Vorrichtung durch, ging es dem Jäger „durch die Lappen“.

A close-up illustration of a boar's head with its eyes closed, appearing to be in the rain.

JEMANDEM AUF DEN LEIM GEHEN

Auf jemanden hereinflallen, jemandem irrtümlich Glauben schenken – so könnte man die heutige Bedeutung der Redensart umschreiben. In alten Zeiten, in denen der Vogelfang noch zur beliebten Jagd zählte, bestrich man Zweige oder Ruten mit Leim, damit die Vögel daran kleben blieben.

An illustration of a pink and blue bird perched on a branch with yellow and brown autumn leaves.

SAUWETTER

Feuchte, nasskalte Witterung mit Dauer- oder Nieselregen wird landauf, landab gern als echtes „Sauwetter“ bezeichnet. Was kaum jemand weiß: Der Ausdruck stammt aus der Sprache der Jäger. Sauwetter nämlich nennen Waidmänner und -frauen jene Tage und Wochen, in denen sich die sonst eher nachtaktiven Wildschweine auch am helllichten Tage blicken lassen – weil sich Larven und Regenwürmer bei Regen eher an der Oberfläche zeigen beziehungsweise weil sich diese schweinischen Leckereien besser mit der Schnauze aus der nassen, aufgeweichten Erde wühlen lassen. Für Wildschweine heißt tagelanges Sauwetter also nichts anderes als herbstliche Genusswanderwochen.



VON ETWAS WIND BEKOMMEN

Ganz entscheidend für Jägerinnen und Jäger: die Richtung, aus der der Wind weht. Denn Rehe, Wildschweine oder Gamswild können ihre Feinde selbst in 500 Meter Entfernung noch wahrnehmen – immer vorausgesetzt, der Wind trägt ihnen die Gerüche zu. Sobald das Wild „von etwas Wind“ bekommt, nimmt es Reißaus. Heute steht der bildhafte Ausdruck für „eine Sache bemerken, bevor sie offiziell wird“.



WISSEN, WIE DER HASE LÄUFT

Wer je einen Hasen in freier Wildbahn aufgescheucht hat, weiß, wie blitzschnell sich Meister Lampe vom Acker machen kann. Und deshalb muss jeder, der so einen gewieften Langstreckenprofi erlegen will, auch wissen, wie der Hase läuft. Jäger sind jedenfalls darauf vorbereitet, dass ein Hase auch in vollem Tempo noch Haken schlägt, und kalkulieren dies bei der Jagd stets mit ein.



INS GEHEGE KOMMEN

„Dazwischenfunken“, „überschreiten“, „einen Konflikt heraufbeschwören“ ist heute mit dieser Formulierung gemeint. Ursprünglich beschrieben Jäger damit den Umstand, dass ein Nebenhuhler in das Territorium des Platzhirschs eindringt und sich dort frech an die weibliche Gruppe heranmacht.



SAUHUND

Der Begriff ist vor allem in Altbayern gebräuchlich: Mit „Sauhund“ ist ein unerschrockenes, gewitztes Mannsbild gemeint. Auch diese Bezeichnung kommt aus der Jägersprache. Ein Sauhund ist ein Jagdhund mit besonders feiner Nase, er kann damit Wildschweine aufstöbern. Selbst Zweikämpfen mit dem gefährlichen Borstenvieh geht ein „Sauhund“ nicht aus dem Weg.



SICH VOR ETWAS DRÜCKEN

Wenn sich Tiere geschickt in Erdmulden verstecken und ihre Körper fest an den Boden drücken, entkommen sie den Blicken von Jägerin und Jäger und damit ihrem vorzeitigen Schicksal.



EIN ALTER HASE SEIN

Wer im Berufsleben von „alten Hasen“ spricht, meint damit erfahrene, durch nichts zu erschütternde Kolleginnen und Kollegen. Warum ausgerechnet langohrige Hoppeltiere für diese Redensart herhalten müssen? Weil so ein Hase in aller Regel nicht alt wird; zu zahlreich sind seine Feinde auf freier Flur. Wer daher auf einen alten Hasen trifft, kann mit Sicherheit davon ausgehen, dass dieser schon so manche Gefahren überlebt hat und die Flinte nicht so schnell ins Korn wirft.

JEMANDEN AUF'S KORNE NEHMEN

Um den Ursprung der Redensart zu verstehen, muss man wissen: Gewehre mit sehr einfachen Zielvorrichtungen hatten zwei Metallteile auf der Oberseite ihres Laufs montiert, nämlich „Kimme“ und „Korn“. Damit sollte das Anvisieren erleichtert werden. Nimmt man also jemanden aufs „Korn“, bedeutet dies, dass man es auf ihn oder sie abgesehen hat – und zwar nicht nur mit den allerbesten Absichten.



IN DIE BINSEN GEHEN

Bei der Entenjagd konnte es leicht passieren, dass sich die fliegenden Wildtiere in den hohen Gräsern rund um das Gewässer, in den sogenannten Binsen, versteckten und daher kein Zielobjekt mehr abgaben. Das Ansinnen des Jägers scheiterte, ging also buchstäblich „in die Binsen“.

Saubermacherin. Seife gibt es seit Tausenden von Jahren. Mit den fein schäumenden und gut duftenden Stücken von heute hat die Urseife aber nur wenig gemeinsam.





Waschtag. So idyllisch wie in der Lithografie des Malers Joseph Lanzedelly (1772-1831) war das Waschen der Kleidung früher nicht. Neben Kraft und Ausdauer brauchte es vor allem eines – Seife.

DIE GROSSE SEIFENOPER

Zuerst war das Wasser, und das für lange Zeit. Doch irgendwann entdeckte der Mensch die Seife zum Waschen, zum Putzen und zu guter Letzt auch für sich selbst. Wir begeben uns auf die Spuren einer großartigen Schaumschlägerin.

TEXT: SILVIA PFAFFENWIMMER

Wie perlender Milchschaum tropft sie von den nassen Fingern, kitzelt mit ihrem feinen Duft die Nase und hebt im Handumdrehen die Laune: Seife ist ein Geschenk an alle Sinne. Und – ganz nüchtern betrachtet – unverzichtbar, wenn es darum geht, schmutzige Ohren, Knie und Zehen wieder sauber zu bekommen, Wäsche zu waschen und Böden zu schrubben.

Dennoch dauerte es eine Weile, bis der Mensch den Seifenschaum für sich entdeckte. Selbst die für ihre Badekultur berühmten Römer brauchten etwas Zeit, um den Vorzügen der Seife auf die Spur zu kommen. Erst einmal nutzten sie sie nur, um sich nach dem Vorbild der Germanen und Gallier die Haare zu pomadisieren und zu färben.

In Wien entstand schon 1337 eine Seifensiederzunft, sie gehört neben jenen in Prag und Augsburg zu den ältesten der Welt. Freilich waren parfümierte Seifen vorerst nur dem Adel vorbehalten, und auch der machte nicht allzu viel Gebrauch davon: Wasser galt als schädlich. Es würde – so dachte man – über die Poren in den Körper dringen und so der Pest und anderen Krankheiten Vorschub leisten. Deswegen setzte man bei Hof lieber auf Puder und Parfüm.

SEIFE AUS DEM KOCHBUCH

Ab dem 16. Jahrhundert wurde Marseille zum Zentrum der Seifensiedekunst. 1790 entwickelte der Franzose Nicolas Leblanc ein chemisches Verfahren zur Herstellung

von Natriumcarbonat, landläufig Waschsoda genannt. Fortan war man nicht mehr auf Pottasche angewiesen, um Lauge für die Seifenherstellung zu gewinnen. Die Lauge wurde mit geschmolzenem Rindertalg, Schweineschmalz, Leinöl oder Tran vermischt und in großen Bottichen zu Seife verkocht. Eine unappetitliche Angelegenheit, der die Seifensieder, ähnlich wie die Gerber, nur am Stadtrand nachgehen durften.

Bis ins 20. Jahrhundert gehörte Seifensieden hierzulande auch zu den Aufgaben einer Hausfrau, vor allem in ländlichen Gegenden; viele Kochbücher enthielten einfache Seifenrezepte. Zwei Seifenklassiker von damals behaupten heute noch ihren Platz: die feste Kernseife zur Körper-

pflege und zum Waschen von Kleidung und die zähflüssige Schmierseife zum Putzen. Feinere Toiletteseifen waren teuer und Sonn- und Feiertagen vorbehalten.

SAMSTAGS IN DIE WANNE

Samstag war der traditionelle Badetag, öfter setzte man sich schon aus rein praktischen Überlegungen nicht in die Wanne. Denn das Wasser musste mühsam in einem großen Kessel erhitzt und in die Wanne umgefüllt werden. Darin nahmen dann der Reihe nach die Familienmitglieder Platz. Immer wieder wurde schmutziger Seifenschaum abgeschöpft und heißes Wasser nachgefüllt, bis alle sauber waren. Auf dem Land hielt man es bis in die 1950er-Jahre so.

Auch die Kleidung konnte die Hausfrau nicht alle paar Tage in die Waschmaschine stecken. Auf Bauernhöfen gab es für gewöhnlich drei- bis viermal im Jahr einen großen Washtag. Knechte und Mägde mussten bei ihrer Einstellung ausreichend Unterwäsche, Hemden und Schürzen mitbringen, um die Zeit bis zur nächsten Wäsche überbrücken zu können.

Diese beschäftigte die Frauen oft mehrere Tage. Mit Buchenasche aus dem Ofen und kochendem Wasser wurde eine Lauge angesetzt und die Wäsche eingeweicht. Besonders schmutzige Stellen rieb man mit Kernseife ein. Durch die alkalischen Bestandteile der Lauge löste sich der Dreck, kräftiges Schrubben auf der Waschrumpel erledigte den Rest. Ausgeschwemmt wurde die Wäsche in großen Bottichen, aber auch in Bächen und Teichen.

Betuchtere Kreise in den Städten mussten nicht selbst Hand anlegen – Wäschermädel übernahmen das mühselige Reinigen der Kleider für vornehme Herrschaften. Auch der längst ausgestorbene Berufsstand des Aschenmannes war gefragt: Er ging von Haus zu Haus, um Asche für die Herstellung der Lauge zu sammeln, und lieferte diese an Wäschereien und Seifensieder.

Im 19. Jahrhundert schließlich wurde das Seifenhandwerk immer mehr zur Industrie. Diese gibt es nach wie vor, aber auch wieder viele kleine, handwerklich arbeitende Seifensiedereien. Und so steht am Ende etwas Gutes, etwas sehr Gutes – ein kleines Stück überschäumender Luxus.



Schaumgeboren

Wasser, Bürste und Zuber sind nur Beiwerk, die Hauptrolle spielt die Seife. Im besten Fall ist sie aus natürlichen Zutaten und von Hand gemacht.

DIE ALLESKÖNNERIN

Die Kernseife ist ein vielseitiger Klassiker, der als Hausmittel neu entdeckt wird, weil er viel mehr kann, als bloß Hände waschen.

TEXT: VERENA RANDOLF

Kernseife zum Zähneputzen? Zum Wäschewaschen und Rasieren? Der fast geruchlose Block Seife, der früher in vielen Badezimmern in der Schale neben dem Wasserhahn lag, ist eine naturnahe Alternative zu synthetischen Pflegeprodukten und Putzmitteln. Doch worauf sollte man beim Kauf des Seifenklassikers achten? Wer das Produkt für

Reinigungszwecke verwenden möchte, greift zu „nicht überfetteten“ Varianten. Wer es zur Körperpflege nützen mag, nimmt überfettete Produkte, die milder zur Haut sind. Weil Kernseife heutzutage häufig unter Beimengung von Palmöl oder synthetischer Zutaten hergestellt wird, bieten sich als Alternativen Produkte auf Olivenölbasis an.



SCHÖNE ZÄHNE

Weil sie keine Farb- und Parfümstoffe enthält, ist Kernseife nicht giftig. Sie ist mild im Geschmack, ihr leicht alkalischer pH-Wert gleicht überschüssige Säure im Mund aus; sie reinigt gut und löst anhaftende Beläge. Außerdem ist sie preiswert: Mit einem Stück Kernseife kann man sich ein Jahr lang die Zähne putzen. Zahnbürste anfeuchten, mit kreisenden Bewegungen Seife in die Bürste reiben und die Zähne wie gewohnt putzen.

GUT GESCHMIERT

Schwergängige Schubladen lassen sich wieder – wie geschmiert – rein- und rausziehen, wenn die Lauf- und Reibflächen der Lade mit einem Stück trockener Kernseife eingerieben werden.

OHNE KRAMPF

Kernseife kann als Hausmittel gegen Wadenkrämpfe helfen: Vor dem Schlafen gehen ein Stück Seife in ein Tuch oder in einen Waschlappen wickeln und auf Höhe der Waden ins Bett legen. Eine Störung des Natriumhaushalts ist oft die Ursache nächtlicher Krämpfe, denen Kernseife mit ihrem hohen Anteil an Natriumsalzen entgegenwirkt.

GEGEN JUCKREIZ

Kernseife vermag auch, unangenehmen Juckreiz bei Mückenstichen zu lindern: Seife nass machen und auf die Einstichstelle auftragen. Die Seife wirkt antibakteriell und entzündungshemmend und trägt zum schnelleren Abheilen der kleinen Verletzung bei.

FREI VON STOPPELN

Zu Großvaters Zeiten war Kernseife ein fixer Bestandteil der Nassrasur. Aufgekocht mit Wasser und Kokosfett, kann Kernseife für Menschen mit wenig empfindlicher Haut Rasierschaum aus der Aludose ersetzen.

REINE WÄSCHE

Kernseife raspeln, mit Waschsoda und nach Belieben mit ätherischem Öl, z. B. Lavendel, in Wasser aufkochen, umrühren und abfüllen. Fertig ist das umweltfreundliche Flüssigwaschmittel, das auch Menschen mit sensibler Haut verwenden können und dabei Chemie und Verpackung spart. Bei häufiger Anwendung: Vorsicht vor Ablagerungen in der Waschmaschine!



Seife aus dem Moor. Veronika Wurm und Moorstecher Anton Gundlfinger sammeln den Rohstoff. Die dicken Torfseife-Blöcke wirken wie Schokolade. In die Rezepte gesellen sich gern Ringelblumen.

SAUBERMACHER

Aus Torf, der im höchstgelegenen Moorheilbad Deutschlands abgebaut wird, macht Veronika Wurm mit ihrer Familie Seife.

TEXT: STEFAN RUZAS FOTOS: JULIA ROTTER

Im Reich der Düfte kam ihr die Idee: Während eines Urlaubs in der südfranzösischen Parfümstadt Grasse hielt Veronika Wurm ein Stück Naturseife in der Hand, und plötzlich wusste die Floristin, was sie nach ihrer Rückkehr ins bayerische Saulgrub machen würde: Seife.

Das war 2005. Heute hat Veronika mit ihrer Familie eine Manufaktur mit 56 Seifensorten und zwei Geschäften. Weil das benachbarte, am Fuß der Ammergauer Alpen gelegene Bad Kohlgrub aber nun einmal auch das höchstgelegene Moorheilbad Deutschlands ist, kam ihr die Idee, auch Moor mit seinen gesunden, heilenden Inhaltsstoffen zu verseifen. Bis zu dreimal im Jahr sticht sie nun Briketts aus dem Moor. Ein Zentner kommt da zusammen, Jahr für Jahr. Vier Wochen trocknet der schwar-

ze Rohstoff, anschließend mahlen ihn die Wurms mit einer Kaffeemühle zu körniger Substanz, die beim Waschen für den angenehmen Peeling-Effekt sorgt.

„Alle Seifen sind reine Handarbeit, ohne Konservierungsstoffe oder Palmöl und rein vegan“, erklärt Veronika. Im ersten Arbeitsschritt werden wertvolle pflanzliche Öle und Fette (aus Mandeln, Kokos oder Oliven) in einem Topf zum Schmelzen gebracht. Nachher mengen Veronika und ihr Sohn Michael Lauge und destilliertes Wasser bei. Und weil das eine chemische Reaktion auslöst, bei der es ordentlich dampft und zischt, ist es sehr wichtig, sich dabei entsprechend zu schützen – mit Brille, Schürze, Handschuhen.

Wenn die Mischung während des Rührens langsam eindickt, fügen die Seifen-

macher Moor und ätherische Öle zu und füllen den so entstandenen Seifenleim in eine 40 Zentimeter lange Holzmodel. Drei bis vier Tage braucht die Seife, um in dieser Form fest zu werden, dann reift sie in einem Lagerraum bis zu sechs weitere Wochen.

Eigentlich riecht Badetorf neutral, wegen des ätherischen Öls duftet das fertige Seifenstück, das Veronika nun in ihren Händen hält, nach Bergkiefern. Dass man sich mit Schmutz die Hände sauber waschen kann! Veronika atmet tief ein. Ihr gefällt, was sie riecht, die Seifensiederin strahlt.

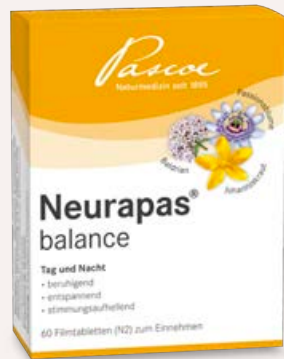
* Wurms Seifenmanufaktur:

Am Mühlbach 7, 82442 Saulgrub,
Tel.: 08845/70 36 98, seife-wurm.de



Gute Ideen für Ihre Gesundheit

Für alle Fälle bestens gerüstet



Neurapas® balance Sommer für die Seele

Die Tage werden kürzer, das Wetter trüber, und bei vielen sinkt die Stimmung. Das pflanzliche Arzneimittel Neurapas® balance kombiniert stimmungsaufhellendes Johanniskraut, entspannende Passionsblume und beruhigenden Baldrian und kann bei depressiver Verstimmung mit nervöser Unruhe unterstützend wirken.¹

pascoe.de



Salus® Bachblüten Tee „Für alle Fälle“ Gelassen durch den Herbst

Ein Tee für jede Lebenslage: Der harmonische Kräutertee mit Lemongras, Melisse und Eukalyptus wird mit den Bachblüten-Essenzen Cherry Plum, Clematis, Impatiens, Rock Rose und Star of Bethlehem kombiniert. Eine Tee-Spezialität in Bio-Qualität, die in kritischen Stimmungslagen richtig guttun kann.

salus-tee.de



Speick Pure Shampoo Milde Haarwäsche für sensible Kopfhaut

Das Speick Pure Shampoo pflegt Haar und Kopfhaut ohne Parfümöle und Farbstoffe. Pflanzliche Wirk- und Pflegestoffe – speziell für sensible Kopfhaut – versorgen die Haare mit wichtigen Nährstoffen und unterstützen die Regeneration der Haarstruktur.

speick.de



KnobiVital® Kurkuma und Holunder Für einen gesunden Blutdruck

Altbewährt und hilfreich seit über 15 Jahren: der „Schluck Gesundheit“ aus dem Allgäu. KnobiVital®, der hoch konzentrierte Bio-Knoblauchsaff, basiert auf der Unterstützung eines gesunden Blutdrucks durch das im Kurkuma enthaltene Kalium. KnobiVital® ist in 6 weiteren Sorten in allen Apotheken erhältlich.

knobivital.de

¹Neurapas® balance: Wirkstoffe: Johanniskraut-Trockenextrakt, Baldrianwurzel-Trockenextrakt, Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Bei leichten vorübergehenden depressiven Störungen mit nervöser Unruhe. Enthält Glucose und Lactose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Pascoe pharmazeutische Präparate GmbH, D-35383 Gießen.

MEIN SERVUS FÜR DAHEIM



Jahresabo

12 Ausgaben + Servus Duftkerze

für nur **€ 48,90**

Die **Servus-Duftkerzen** werden im österreichischen Weinviertel in einer kleinen Manufaktur von Hand gegossen und sind mit natürlichem Bio-Rapswachs befüllt und mit feinsten ätherischen Ölen (Zirbe, Lemongrass, Honigöl) veredelt. *Brenndauer: ca. 65 Stunden.*

Jahresabo

**12 Ausgaben + Buch
„Nächte zwischen der Zeit“**

für nur **€ 48,90**



Raunacht-
geschichten und
Räucherrituale
auf 200 Seiten

Vorteilsabo

15 Ausgaben zum Preis von 12

für nur **€ 48,90**



Ihr Vorteil:
**3 Hefte
geschenkt!**

Angebot wählen und gleich bestellen:

servusmagazin.de/abo

WEIHNACHTLICHE GESCHENKIDEEN

◀ SÜDTIROLER
CHRISTBAUMKUGEL
Liebevoller Handarbeit
aus Zirbenholz. € 19,-

Geschenkeberater für besondere Schätze
aus dem Alpenraum unter

servusmarktplatz.com



▲ **HANDBEMALTE GLASKUGELN**

Die hochwertigen Glaskugeln aus Bayern werden im Salzkammergut aufwendig von Hand bemalt. Je **€ 39,-**



▲ **ZIRBENKISSEN SCHNEEFLOCKE**

Ein Kissen mit Wirkung: Ob auf dem Sofa, am Lesesessel oder im Bett, dank der Zirbenspäne-Füllung bringt das handgemachte Leinenkissen aus dem Salzkammergut nicht nur Winterstimmung ins Haus, sondern verströmt auch noch einen beruhigenden Duft.

Je **€ 39,-**

**Bequem
per Telefon
oder online
bestellen!**



▲ **FRUCHTIGE WEIHNACHTSZUCKERL**

Nach 150 Jahre alter Technik in reiner Handarbeit gefertigt. **€ 7,-**

▼ **SCHUTZENGELE AUS ZIRBE**

Ob im Fensterkreuz, als Türschmuck oder Geschenk: Die handgefertigten Schutzbringer aus Zirbenholz sehen überall hübsch aus. In zwei Größen ab **€ 19,-**



▲ **STERNENLAMPE STEHEND**

Zaubert stimmungsvolles Licht in die gute Stube. **€ 55,-**

◄ **NÜRNBERGER FENSTERSTERN**

Rund um die Weihnachtsstadt Nürnberg von Hand geformt, verbreitet der Fichtenspan-Stern Adventsstimmung im Haus. **€ 35,-**



◄ **VOGELHAUS APFEL**

Mit viel Liebe und Können handgetöpft von Tatjana Hierl in Oberbayern. Mit Meisenknödelhalter am Boden. **€ 29,-**



HANDGESCHICHTETE BACKMISCHUNGEN ▶

Backmischungen für Vanillekipferl, Lebkuchen und Christstollen mit regionalen Zutaten und gänzlich ohne Zusatz- und Konservierungsstoffe.
Je €12,-



ZUCKERDOSE AUS ZIRBE ▶

Nicht nur etwas für Zuckergoscherl: handgedrechselt in der Steiermark.
€39,-



▲ BACKBRETT AUS MASSIVHOLZ

Damit geht das Keksebacken besonders gut von der Hand. €65,-



▲ AUSSTECHER LINZER KEKSE

Mit diesen Formen gelingen die Doppeldecker-Kekse schnell und unkompliziert. €17,-



▲ KEKSAUSSTECHER SCHUTZENGEL

Im Hausruckviertel von Sepp Krifka entworfen und von Hand gefertigt. €9,-



▲ TRADITIONELLES MEHLSIEB

Der handliche Küchenhelfer aus Osttirol sorgt für besonders feine Backwaren. €19,-



▲ STRUDELTUCH AUS LEINEN

Schon Oma wusste: Fein gezogen schmeckt der Apfelstrudel erst so richtig gut. Damit das in Zukunft auch leicht gelingt, empfiehlt sich das große Leinentuch von der Mühlviertler Weberei Vieböck.

€39,-



▲ **ZIRBENHOLZZAPFEN FÜR RAUMDUFT**

Geschnittener Duftträger aus Südtirol mit Glaseinsatz für Holzstäbchen. € 29,-



▲ **FEINLEINENBETTWÄSCHE**

Eine Investition in gutes Schlafklima ist eine Investition in unser Wohlbefinden. Leinen schafft durch seine Eigenschaften beste Voraussetzungen für guten Schlaf. Kissenbezug in Hellblau oder Natur € 65,-; Bettdeckenbezug in Hellblau oder Natur € 195,-



▲ **STILKKISSEN MIT ZIRBEN-SCHAFWOLL-FÜLLE**

Herstellerin Sabine Stadlober aus dem Murtal weiß, was Babys und Mamas glücklich macht. € 99,-



▲ **BERUHIGENDES ZIRBEN-KOPFKISSEN**

Mit Merino-Schafschurwolle und duftenden Zirbenspänen für erholsamen Schlaf. € 98,-

PSST:
Mehr
Geschenk-
ideen
online



◀ **SEITENSCHLÄFER-KISSEN MIT ZIRBE**

Duftendes Kissen mit ergonomisch geformter Nacken- und Kopfzone. € 129,-



◀ **BIO-ZIRBEN-SPRAY**

Holen Sie sich die Ruhe und Kraft der Berge in Ihr Zuhause. € 19,-

▶ **NATÜRLICHER ZIRBEN-RAUMLÜFTER ▶**

Reinigt und befeuchtet die Luft mit der Kraft der Zirbe. € 399,-



◀ **ZIRBEN-WINTER-BETTDECKE**

Bauschig, duftend und vor allem kuschelig warm – ideal für kalte Winternächte. **Tipp:** Auch als Ganzjahres-Steppdecke erhältlich. € 179,-





▲ ZIRBENWEIHRAUCH GROSS

Verströmt einen herrlichen Duft und soll vor negativen Energien schützen. € 19,-



▲ HANDGETÖPFERTE RÄUCHERSTÖVCHEN

Dadurch, dass das Räucherwerk nur leicht angeschmolzen wird, entfaltet sich der Duft optimal. € 39,-



▲ MURTALER RÄUCHERPFANNE IHS

Authentisch Räuchern wie schon zu Großvaters Zeiten. € 149,-



RÄUCHERKISTE WINTERZAUBER ▶

Begleitet durch die kalte Jahreszeit und sorgt für kuschlige Abende. € 29,-



▲ GESCHMIEDETER RÄUCHEROFEN

Mit diesem Stövchen aus dem Ennstal kann das Räucherwerk ganz ohne Räucherkohle seine Wirkung entfalten. € 69,-



▲ HANDGESCHNITTENE RÄUCHERKERZEN, 2ER-SET

Mit etwa 9 cm sind die Räucherkerzen aus dem Erzgebirge besonders langlebig. € 15,-



▲ RÄUCHERSCHALE AUS NATURSTEIN

Robust und hitzebeständig: Räuchergefäß aus einem Stück steirischem Pinolitmagnetit. € 59,-



▲ RÄUCHERSTÄBCHEN WEIHRAUCH/WALD

Reine gepresste Holzkohle mit natürlichem Duft. Brennt extralange und praktisch rauchfrei. Je € 15,-



▲ RAUNACHT-KALENDER

Für jede Nacht die passende Mischung. Die 12 handgefertigten Räuchermischungen begleiten durch die Raunächte. € 29,-



▲ BUTTERDOSE AUS ZIRBENHOLZ

Dank dem Zirbenholz aus den Nockbergen wird die Butter im Kühlschrank nicht zu kalt und bleibt streichfähig. Die Butter selbst liegt auf einer herausnehmbaren und waschbaren Mineralsteinplatte auf. Getischelt von Thomas Reithofer aus dem Lungau. € 49,-

▲ GROSSER BROTBEUTEL MIT LEINEN

Leinen hält Brot natürlich länger frisch. € 29,-



▲ BROTFORM MIT HERZ-MOTIV

Das Herz im Gärkörbchen sorgt für ein schönes Muster im fertig gebackenen Brot. € 29,-

▼ MÜHLVIERTLER BÄCKERLEINEN

Verhindert ein Austrocknen und Festkleben von Germ- oder Brotteig beim Ruhen. € 19,-



▲ KRAUTHOBEL AUS HOLZ

Mit diesem imposanten Küchenhelfer bekommt man garantiert jedes Kraut klein. € 55,-



▲ EISENPANNE HANDGESCHMIEDET MIT HOLZGRIF

Selbst bei hohen Brattemperaturen lässt sich der Fichtenholzgriff der Eisenpfanne aus Oberbayern noch bedenkenlos angreifen. € 119,-



◀ „MEIN WEIHNACHTEN“

Ein Streifzug durch den Advent mit Johanna Maier. Mit 24 Rezepten, die für sie die Vorweihnachtszeit ausmachen. € 30,-



◀ 6ER-SET HONIG AUS DEM BURGENLAND

Nur die besten Honigsorten von den allerfleißigsten Bienen kommen in die Geschenkbox von Familie Rohrauer. € 39,-





▲ HANDGESCHMIEDETES BROTSCHNEIDEMESSER

Etwas ganz Besonderes: Der Hausrucker Messerschmied Michael Ziegelböck fertigt scharfe Unikate am Amboss. € 449,-

VERZIERTE ZIRBENBROTDOSE ▶

Die Eigenschaften von Zirbenholz schaffen ein ideales Klima für Brot und Gebäck. € 125,-



▲ MÖRSEK AUS NATURSTEIN

Ob Kräuter, Gewürze oder Kerne – in dem massiven Mörser wird alles fein. € 75,-



◀ WEIHNACHTSGESCHIRRTUCH

Das handbedruckte Küchentuch sorgt nicht nur für trockenes Geschirr, sondern auch für Adventsstimmung in der Küche. € 15,-



▲ GESCHIRRTUCH-SET AUS ZWILCH, BLAU/GRÜN

Mit diesem 2er-Set hat man lange eine Freude, denn der robuste Baumwollstoff ist für seine Langlebigkeit bekannt. € 12,-

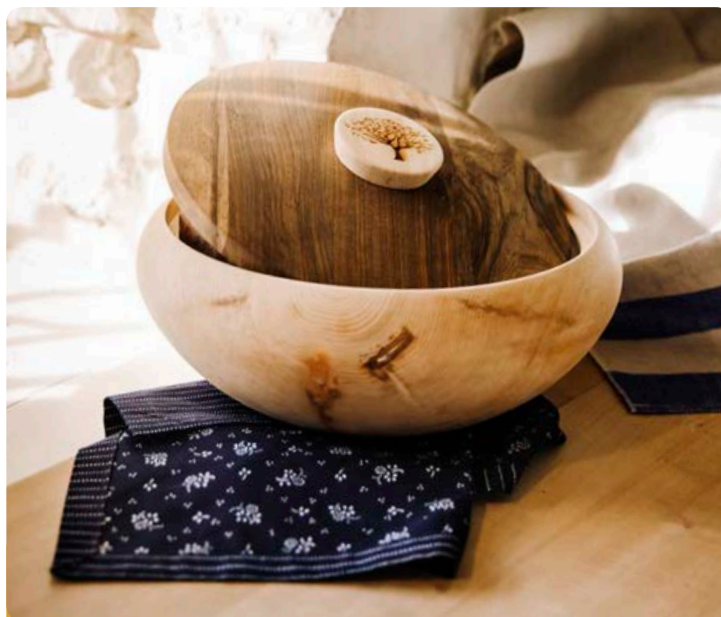
EISENPANNE HANDGESCHMIEDET MIT HALTEGRIFF ▶

Durch den zusätzlichen Haltegriff lässt sich die Eisenpfanne von Florian Aberl selbst voll befüllt noch gut hochheben. € 119,-



▲ BROTBACKSTEIN FÜR DEN BACKOFEN

Der Naturstein gibt die Hitze gleichmäßig an das Backgut ab und sorgt für Ergebnisse wie aus dem Steinbackofen. € 59,-



▲ BROTDOSE AUS ZIRBEN- UND NUSSHOLZ

Ideal für einen Laib Brot. Der Lebensbaum am Deckelgriff macht die Dose zu einem echten Schmuckstück. Aus zwei verschiedenen Holzsorten in der Drechslerei Rohmoser im Zillertal gefertigt.

€ 119,-



▲ **ZIRBENZAPFEN
FÜR DEN CHRISTBAUM**

Weihnachtsdeko mit angenehm
holzigen Zirbenduft aus dem
Südtiroler Holzschnitzertal. **€ 19,-**



▲ **DER GROSSE
SERVUS-RUCKSACK**

Ideal für die Stadt oder
eine Landpartie. **€ 145,-**



▲ **EDELSTEIN-
ADVENTSKALENDER**

Vorfreude ist doch die schönste
Freude. Hergestellt von der
Murtaler Edelsteinschleiferei
Kramp. **€ 25,-**



▲ **LÄUFER „HIRSCH“ ZUM SELBERSTICKEN**

Mit diesem Stick-Set kann fast jeder ein Schmuck-
stück schaffen. Einfach das eingewebte Muster
mit dem beigelegten Stickgarn nachstickern.

€ 29,-



▲ **ZIRBENDUFTKERZE
BERGLUFT**

Damit es drinnen so gut
riecht wie draußen. **€ 29,-**



▲ **SCHNÜRLKASPAR NIKOLO**

Handgeschnittener und handbemalter
Hampelmann: David Wagner stellt
seinen Oberammergauer Schnürl-
kaspar noch genauso her wie früher.
€ 139,-



▲ **GAMASCHEN
AUS WALKLODEN**

154 Arbeitsschritte bis zur fertigen
Stulpe. Kein Wunder, dass die
Trachtenmanufaktur Scharzenberger
zu den wenigen gehört, die diese
Arbeit noch händisch verrichten.
Größen 37-41/42-45; je **€ 65,-**

**Wie komme ich zu den
handgefertigten Schätzen
aus dem Alpenraum?**

Bestellen Sie online auf
servusmarktplatz.com,
und bekommen Sie Ihre Bestellung
bequem nach Hause geliefert.

Neben den üblichen Bezahlmethoden
bieten wir auch Kauf auf Rechnung an.

Bei Fragen sind wir gerne für Sie da!

Tel.: 089/25 55 29 55

servusmarktplatz.com

BAYERNS BESTES FÜR DAHOAM

JETZT ABONNIEREN UND BAYERN IMMER WIEDER NEU ENTDECKEN –
FÜR SIE SELBST ODER ZUM VERSCHENKEN!



BAYERNS BESTES IM ABO

JAHRES-ABO:

4 x BAYERNS BESTES FÜR 19,90 €

- + KOSTENLOSE LIEFERUNG
Wir übernehmen die Versandkosten für Sie
- + KEINE AUSGABE MEHR VERPASSEN!

PROBE-ABO:

2 x BAYERNS BESTES FÜR 6 €*

- + DAS ABO ENDET AUTOMATISCH
Keine Kündigung notwendig
- + KOSTENLOSE LIEFERUNG
Wir übernehmen die Versandkosten für Sie

* Nur 1 x pro Haushalt und nur einmalig bestellbar

GLEICH BESTELLEN!

089/23 77 34 06 | abo@bayernsbestes.de

Bayerns Bestes – Aboservice
c/o Abendzeitung München Verlags-GmbH
Garmischer Str. 35 | 81373 München

www.bayernsbestes.de

Bayerns
BESTES





Tirols größter See

Der Achensee, hier verborgen unter dem Nebel, liegt in Tirol unweit von Bayern und bildet auch die Grenze zwischen Karwendel und Brandenberger Alpen.

ÜBER UND UNTER DEN WOLKEN

Von sterbenden Riesen, braven Schafen und bodenständigen Küchen.
Wenn sich Herbstnebel wie Vorhänge über die Landschaft
rund um den Tiroler Achensee legen, wird es dort sehr gemütlich.

TEXT: **USCHI KORDA** FOTOS: **CHRISTOF WAGNER**





Es ist, als würden Himmel und Erde miteinander verschmelzen. Oben und Unten gehen nahtlos ineinander über, so, als hätte sich ein blickdichter Vorhang am Boden festgesogen. Pause signalisieren die Wolken, die dem bunten Treiben in der Tiroler Bergwelt ein Ende gesetzt haben. Jetzt wird einmal tief Luft geholt, jetzt wird im Hintergrund an der neuen Kulisse gearbeitet, die mit ihrem blendenden Farbenspiel – schneeweiße Gipfel im zart-blauen Winterhimmel – bald wieder ein Leichtes haben wird, die Menschen zu betören.

Jetzt aber herrscht Stille, und nur wer neugierig genug ist, den herbstlichen Nebelvorhang zu lüpfen, findet eine Welt, in der alles weiter seinen Gang geht. Gemächlicher vielleicht, in gedämpften Farben und in mystisches Licht getaucht. Eine reizvolle Zauberwelt aus Felsen, Wäldern und Schluchten, in der das Pfiffsch des Wanderschuhs bei jedem Schritt im regensatten Almboden für Heiterkeit sorgt.

EINGEFASST WIE EIN EDELSTEIN

Hier muss er wohl in seinem Todeskampf vorbeigetaumelt sein, der Riese Thyrsus, denkt man sich, während die Schatten der Häuser von Pertisau langsam hinter dem Schleier verblassen und sich die Karwendeltäler leise flüsternd öffnen. Sterbend war Thyrsus nach blutigem Kampf mit seinem Riesen-Widersacher ins Karwendel geflüchtet, und er hauchte sein Leben mit den Worten aus: Spritz Blut, sei für Vieh und Menschen gut! Seither schwört man hier auf die heilsame Wirkung seines Blutes – Steinöl, für das Ölschiefer aus den Bergen abgebaut, zerkleinert, erhitzt und Öl daraus kondensiert wird. Riecht dann zwar nach Pech und Schwefel, soll aber bei Hautproblemen, Blutergüssen und gegen Rheuma helfen.

Vielleicht hat Thyrsus bei seinem Rückzug schnell noch seine wunden Füße zur Linderung in den Achensee getaucht. Groß und kalt genug wäre er, verlockend oben drein. In allen Schattierungen von Hellgrün über Türkis bis Blitzblau funkelt er auf knapp 1.000 Meter Höhe, wie ein Edelstein kunstvoll eingefasst von den zackigen Gipfeln des Rofan und der Brandenberger Alpen im Osten und des Karwendels im Süden und Westen.

Ein Bergsee, in Urzeiten von Gletschern geformt und einst so reich an Fischen, dass sich die Kirche vor ➡

Alte Mauern

Die Gang (oben) war einst ein Bergbauernhof mit Gasthof, in dem die Holzarbeiter nach der Brandenberger Holztrift gerne abhingen.

Neues Leben

Sandra Stroobants (links) hat ihn mit ihrem Mann aus dem Dornröschenschlaf geweckt und im ehemaligen Schweinestall eine Käserei mit Holzofen und Kupferkessel eingerichtet.

Frischer Käse

Hier werden Joghurt, Quark und Käse mit unterschiedlichen Gewürzen gemacht (unten).



Grenzgänger

Hannes Moser inmitten seiner Merinoschafe. Die kleinen Wollknäuel schauen sich auch gern im nur einen Kilometer entfernten Bayern um.



Sitzenbleiber

Die Stuben des Waldhäusl wurden von den Wirtsleuten liebevoll renoviert. Da bleibt man nach dem Essen öfter auch auf ein Glas länger sitzen.



siebenhundert Jahren die Pfründe mit gefälschten Urkunden sicherte, um das nahe Benediktinerkloster Georgenberg zu versorgen. Davon blieb wenig übrig, seit man 1927 den Abfluss zur Isar im Norden geschlossen und den See als Stausee für das Wasserkraftwerk in Jenbach genutzt hat. Erst seit 2014 dürfen aus dem natürlichen Speichersee maximal fünf Meter Wasser abgelassen werden, jetzt kommen langsam die Fische wieder zurück. Schnell zu wachsen ist im 133 Meter tiefen See sowieso nicht möglich, auch weil die Temperatur über frische 20 Grad selten hinauskommt.

Zum Fischen und Jagen kam bereits vor fünfhundert Jahren Kaiser Maximilian I. an den See und in die Wälder. Er war so etwas wie der erste Tourist, dem der Adel gern zur Sommerfrische folgte. Mit dem nötigen Luxus, versteht sich. So entstanden feudale Herbergen, im 16. Jahrhundert ließ der Habsburger Erzherzog Ferdinand II. sogar venezianische Schiffe zum Achensee transportieren, damit man standesgemäß herumschippeln konnte. Der Glamour von einst mag heute einer gewissen Zweckmäßigkeit gewichen sein, was blieb, ist die natürliche Schönheit des Berglandes mit einem See, der rundum frei zugänglich und nur auf einer Seite befahrbar ist.

Einfach ein riesiger Abenteuerspielplatz, sagt Hannes Moser, der auf einer Alm in Steinberg gerade seine Schafherde zum Fototermin zusammenpfeift. Die sind echte Grenzgänger, sagt er, während sie sich brav um ihn scharen und in puncto Folgsamkeit wohl jedem Hund das Wasser reichen können. Zur Orientierung fuchelt Hannes mit dem Arm in den tiefhängenden Wolkenvorhang, weil dahinter, nur etwa einen Kilometer entfernt, gleich die Grenze zu Bayern ist.

VON KÜHEN UND SCHAFEN

Obwohl in der Gegend traditionell Kühe gehalten werden, hat sein Vater Peter bereits vor dreißig Jahren mit einer Schafzucht begonnen. Zuerst mit Steinschafen, erst später sind die Mosers auf Merinoschafe umgestiegen. Sind charakterlich ruhiger, nicht so hochgezüchtet und haben mehr Fleisch, sagt Vater Peter. Er hat gemeinsam mit seinem Freund Armin Gründler, der drüben in Achenkirch in seinem Genießerhotel Alpin eines der besten Restaurants der Gegend betreibt, an der Fleischqualität herumgetüftelt.

Sogar an einen geräucherten Schafspeck haben sich die Herren gewagt. Die Schafln verbringen ihr ganzes Leben bei uns, sagt Sohn Hannes und dass sie bei ihm am Kohlerhof stressfrei geschlachtet werden und das Fleisch zehn Tage reifen kann, bevor er es hergibt. ➡



Köchin und Wirt

Alexandra Dalmonego und Robert Huber können beide gut kochen. Ich bin aber in der Küche besser aufgehoben, sagt sie, Robert hat mehr Gespür für die Gäste und schupft den Service.

Nocken und Knödel

Serviert werden Tiroler Klassiker wie Pressknödel oder Schottennocken (rechts), aber leicht zubereitet.



Vater und Sohn

Das Genießerhotel Alpin in Achenkirch gehört zu den besten Restaurants der Gegend. Ein guter Ruf, den Vater Armin Gründler (links) aufgebaut hat und Sohn Alexander sorgsam weiterpflegt.



Bergsee. Blick von der Rofanseilbahn auf den Achensee. Die Gipfel des Karwendelgebirges verstecken sich an diesem Tag.

Noch ist der 27-jährige Kfz-Mechaniker bloß im Nebenerwerb Bauer, bald möchte er sich aber nur noch um den Hof kümmern. Gleich nach der Landwirtschaftsschule hat er sich in Neuseeland umgesehen, wo er aufs Merinoschaf kam. Mit Schafen muss man können, sagt er, weil die können ganz schön bockig sein. Das ist aber spannender als bei Kühen, die haben mich nie interessiert, sagt er noch.

Das sieht Sandra Stroobants komplett anders. Sie hatte immer ein Faible für Kühe und sich vor zehn Jahren einen Traum erfüllt. Ganz am Ende der einzigen Forststraße, die hart an der Kante der tiefen Schlucht von Steinberg rüber ins Brandenberger Tal führt, weckte sie mit ihrem Mann einen alten Bergbauernhof aus dem 18. Jahrhundert aus dem Dornröschenschlaf. Die Gang, so der Hofname, war bis in die 1960er-Jahre auch eine Gastwirtschaft, in der die Holzarbeiter nach der gefährlichen Brandenberger Holztrift aufs Überleben und die raue Natur anstießen.

DER SCHOTTEN FÜR DIE NOCKEN

Nach eigenen Entwürfen ließ sie sich im ehemaligen Schweinestall eine Käserei mit einer Holzfeuerstelle einrichten. Hier käst sie jetzt unter anderem Mutschli – Schweizerisch für etwas Kleines, Rundes –, wie sie es auf einer Alpe im Berner Oberland gelernt hat. Die Milch, die sie noch zu Joghurt und Schotten, also Quark, verarbeitet, kommt von Pria, Emma und Paulina, drei Schweizer Braunviehdamen, denen es auf der Gang besonders gut gefällt. Auch weil sie ihre Hörner behalten dürfen. Die gehören zu ihrem Körper, sagt Sandra, und außerdem ist die Milch von behornten Kühen besser verträglich.

Für meine Nocken ist der Schotten von der Sandra ideal, sagt Alexandra Dalmonego, während sie die Kartoffel-Quark-Masse kostet, kurz mit der Zunge schnalzt und mit einer Prise Muskatnuss nachwürzt. Rund geformt landen die Schottennocken in der Pfanne, um dann knusprig gebraten in der Stube vom Waldhäusl serviert zu werden. Das Rezept stammt aus einem alten Kochbuch, das der Vater der gebürtigen Pertisauerin, Klaus Dalmonego, einst von seiner Großmutter bekommen hat. Er war Kochlehrer in der Villa Blanka, der Innsbrucker Tourismusschule, was durchaus auf seine Tochter abfärbte. ➡



—
WIE EIN ALPENKÖNIG LIEGT ER UNS ZU FÜSSEN
UND BLINZELT UNS KURZ GNÄDIG ZU.
DANN VERSINKT ER WIEDER HINTER DEN WOLKEN
IN SEINER WINTERRUHE.
—





Noch prägender allerdings war seine Zusammenarbeit mit Skisprung-Papst Baldur Preiml. Dieser ließ in den 1970er-Jahren für seine Schüler wie Toni Innauer oder Karl Schnabl ein Ernährungskonzept entwickeln. Die Experimente hat der Vater daheim ausprobiert, sagt Alexandra, darum waren wir schon damals streckenweise Veganer. Gesund, leicht, alles frisch lautet ihre Devise, mit der sie Tiroler Klassikern die Schwere nimmt. So kommt in ihre Graukassuppe ein Hauch Zimt zur besseren Bekömmlichkeit rein, und das Nussbrot wird ohne Mehl gebacken.

EINE SEHR TALENTIERTE FAMILIE

Seit 120 Jahren duckt sich das Waldhäusl an den Rand der sonnigen Steinberger Hochebene. Die Großmutter von Alexandras Mann Robert Huber eröffnete dort einst eine kleine Pension mit Brotzeitstation. Roberts Vater, ein recht geselliger Kumpel und Musikant, machte ein Wirtshaus draus, in dem die Einheimischen gerne die Zeit vergaßen.

Vor 26 Jahren übernahm dann Robert das Haus, sattelte von Schreiner auf Koch um und versuchte mit seinen sechs Schwestern, den etwas heruntergekommenen Nachtbetrieb auf seriöses Tagesgeschäft umzustellen. Das gelang so richtig, als er vor zwanzig Jahren Alexandra traf. Seither ist die Wirtschaft ein gemütliches Schmuckstück mit alten Möbeln, viel Holz und einem Wirt, der sich mit seinen Gästen freut, dass seine Frau so gut und leidenschaftlich kocht.

Koch aus Leidenschaft ist auch Raimund Pranger oben am Rofan. Der Hüttenwirt der Erfurter Hütte auf über 1.800 Metern kommt aus dem Tiroler Gschnitztal und vereint gleich mehrere Talente der riesigen Pranger-Sippe in sich. Wie Cousin Manfred, der 2009 Slalomweltmeister war, ist er äußerst sportlich. Das Musikalische eint ihn mit Dirigent und Klarinettist Florian Pranger, und gestandene Hüttenwirte finden sich auch einige in der Verwandtschaft.

Bereits als Kind hat Raimund auf den Hütten ausgeholfen, und nach einer Kochlehre hat er die Brennerhütte übernommen. Vor zehn Jahren ist er mit seiner Familie auf die alte Alpenvereinschütte hoch über dem Achensee übersiedelt. Wir haben gleich einmal die Selbstbedienung abgeschafft und auf Qualität in der Küche geschaut, sagt Raimund, während er in einem Kupferpfandl eine Kalbsleber anröstet. Die macht er nach einem alten Familienrezept, so wie seine Mama. Nicht dünsten, sagt er, nur kurz anbraten und dann in der Sauce gar ziehen lassen. Butterweich kommt sie auf den Tisch und ist ein Grund, warum die Hütte als kulinarischer Geheimtipp gilt.



Wirt wie aus dem Buch

Raimund Pranger (oben) ist ein Hüttenwirt, wie er im Buche steht: Er ist sportlich, in den Bergen unterwegs, musiziert gerne und hat immer ein freundliches Wort. Dass er auch noch gut kochen kann, ist ein zusätzliches Plus.

Hütte überm See

Die Erfurter Hütte steht seit 1925 stolz über dem Achensee. Der See zeigt sich zwar gern und oft – aber eben nicht immer.



Bäcker vor der Tür

Alexander Adler ist Bäcker in vierter Generation und wollte nie etwas anderes werden. Seit sieben Jahren hat er einen mobilen Holzofen, auf dem er im Freien Brezen, Vinschgauer und ein großartiges Sauerteigbrot bäckt.



Berggeher. Das Rofangebirge ist ein großartiges Wandergebiet. Grüne Almwiesen und schroffe Felsformationen schaffen einen reizvollen Kontrast für Augen und Beine.

RUND UM DEN SEE

Gasthof Waldhäusl

6215 Steinberg 31
Tel.: +43/5248/206
info@daswaldhaeusl.at

Schafbauer Moser

Kohlerhof
6215 Achenkirch 627
Tel.: +43/676/40 30 04
achensee-merinoschaf.at

Genießberhotel Alpin

6215 Achenkirch 35
Tel.: +43/5246/68 00
kulinarihotel-alpin.at

Bäckerei Adler

6215 Achenkirch 372
Tel.: +43/5246/62 02
adler-brot.at

Erfurter Hütte

6212 Maurach 153
Tel.: +43/5243/55 17
erfurterhuette.at

Hornmilchsennerei

Die Gang, Aschau 76
6234 Brandenburg
Tel.: +43/677/62 76 23 00
hornmilch.at

Der zweite ist der Kaiserschmarrn. 12.600 Portionen hat Raimund letztes Jahr zubereitet und dabei für jede einzelne den Teig frisch angerührt. Mit 39.800 Eiern, sagt er mit stolzem Unterton in der Stimme, und alle bio, von einem Hof im Gschnitztal. Wenn die Hütte voll ist, sagt er, brauchst Kraft für die Gusseisenpfannen. Und Nerven natürlich auch.

Zur Entspannung komponiert er ein bisschen, die „Hüttengaudi-Polka“ zum Beispiel. Einmal pro Woche spielt er unten in Maurach mit der Musikkapelle und steigt dann in der Nacht die zweieinhalb Stunden wieder rauf zur Hütte. Ansonsten ist nach einem schweren Sportunfall vor ein paar Jahren nur mehr Wandern drin. Aber da bin ich ja mitten im Paradies, sagt Raimund. Ein Paradies, das sich, versteckt hinter den Wolken-schleiern, gerade für die nächste Saison zurechtmacht und seine Erhabenheit und Schönheit nur ab und zu probenhalber durchblitzen lässt.

Schau da, der See, sagt Raimund jetzt. Und für ein paar Minuten zieht die Natur den Vorhang auf, und der Achensee darf seine ganze Pracht ausspielen. Wie ein Alpenkönig liegt er uns zu Füßen und blinzelt uns kurz gnädig zu. Dann versinkt er wieder hinter den Wolken in seiner Winterruhe.

MÄRCHEN & SAGEN

erzählt von Michael Köhlmeier



DER HARTE WINTER

Vom Pferdehändler, der seine Tiere in die warme Stube holte – die Stute, die Gänse, ja sogar die Ratten. Und vom Grafen, der darüber erstaunt Milde walten ließ.

Es war einmal, und das ist sehr lange her, da habe nicht einmal ich gelebt, und auch mein Vater hat nicht gelebt und auch mein Großvater nicht und auch nicht mein Urgroßvater, aber vielleicht der Urgroßvater von meinem Urgroßvater. Da herrschte ein Graf in Hohenems, der hieß Kaspar, und der machte sich Sorgen, weil die Bürger fast nichts zum Leben hatten. Er hörte sich um, und man riet ihm, er solle doch ein paar Juden nach Hohenems holen. Weil die umsichtig seien und sich mit dem Handel auskennen. So kam es, dass Juden nach Hohenems zogen. Und unter ihnen war auch die Familie von Reikle. Reikle war ein Mädchen, und sie war erst neun Jahre alt, aber sie konnte sich durchaus schon vorstellen, was eines Tages aus ihr werde, nämlich eine Pferdehändlerin.

Reikles Vater war nämlich Pferdehändler. Er hat Pferde gekauft und sie dickgefüttert und gut behandelt und weiterverkauft, und mit dem Geld, das er dafür gekriegt hat, hat er neue Pferde gekauft. Reikle hat die Pferde gemocht, alle, ganz besonders aber eine

kleine Stute mit braunem, glänzendem Fell, die hat sie geliebt, manchmal dachte sie sogar, die liebe ich mehr als den Vater und die Mutter zusammen.

„Dich wird der Vater nicht hergeben“, flüsterte sie der kleinen Stute ins Ohr, „weil du für mich bestimmt bist. Ich darf vielleicht auf dir reiten, wenn ich ein bisschen größer bin. Mit dir treibt mein Vater seinen Handel nicht. Er weiß das zwar noch nicht, aber wenn er einmal müde ist, setze ich mich auf seinen Schoß und frage ihn. Dann sagt er niemals nein.“

Wann immer sie Zeit hatte, schlich sich Reikle in den Stall, Zucker in der Hand, und ließ sich den Zucker von ihrem Liebling abschlecken.

Das kriegte die Mutter heraus, und sie war wütend. „Verflixt, Reikle, sollen die Tiere denn das Gleiche essen wie die Menschen? Das ist eine Sünde, du Fratz!“

Zugleich aber gab die Mutter das letzte Stück vom Sabbatkuchen den Gänsen. Darüber empörte sich ♦♦



— ALLE ASSEN UND TRANKEN, UND NICHT EIN EINZIGES BÖSES WORT FIEL, JEDENFALLS NICHT, SOLANGE ES DRAUSSEN SO KALT WAR! —

nun wieder Reikle: „Aha, die Gänse!“, rief sie. „Sind denn die Gänse mehr wert als die Pferde?“

Sind sie das? Ich frage dich. – Tja, das ist eine komplizierte Geschichte. Ich denke, wenn sie beide auf einem Teller liegen, Gänsebraten und Pferdebraten, dann ist mir persönlich der Gänsebraten mehr wert.

Aber das war nicht die Frage, die Frage war eine andere, denn die Geschichte war eine andere: Der Graf Kaspar hat die Juden nach Hohenems geholt, und sie sollten aus Dankbarkeit dafür Gänse mästen. Für seinen Tisch nämlich. Er hat nämlich Gänsebraten über alles geliebt. Und von dem Pferdejuden erwartete er sich besonders schöne, fette Gänse.

„Wer so schön Pferde dickfüttern kann, der muss das bei Gänsen auch können“, gab er vor.

Reikles Vater durfte nicht widersprechen, der Graf hätte ihm gar nicht zugehört. Obendrein mussten auch noch zehn Gulden zu den Gänsen dazugelegt werden. Dafür, versprach der Graf, würde er die Juden beschützen. Wovor beschützen? Das fragst du? – Ja, schau dich doch um, hör dich doch um! Lies doch Geschichte, dann weißt du es!

Und bevor du weiterfragst: Natürlich hat die kleine Stute, die Reikle so gemocht hatte, einen Namen gehabt. Reikle selbst hat ihr den Namen gegeben. Aber ich habe ihn vergessen. Er klang wie Wilma. Ich glaube fast, es war Wilma. Ja, die Stute hieß Wilma.

Und dann kam dieser harte Winter. So eisig war der, wie noch nie ein Winter in Hohenems gewesen war. Die Christen, die damals bereits eine große Kirche hatten, in die auch die Juden hineingepasst hätten, wenn sie sich hätten taufen lassen, wagten nicht, die Klinke der Kirchentür anzugreifen, weil sie fürchteten, durch die Kälte könnte die Haut daran kleben

bleiben. Deshalb fand über den ganzen Winter kein Gottesdienst der Christen statt. Und deshalb, so behaupteten jedenfalls die Christen später, seien in diesem Winter einige merkwürdige Dinge in Hohenems passiert, die nicht passiert wären, wenn die Gottesdienste, wenigstens an den Sonntagen, stattgefunden hätten.

Reikles Vater hat in diesem Winter zwei Pferde verloren. Sie waren im Stall über Nacht erfroren. Sie waren in der Früh dagestanden wie Sägeböcke, durch und durch gefroren. Reikles Vater hat sie in Stücke sägen müssen, sonst hätte er sie nicht aus dem Stall herausgebracht.

Die kleine Stute Wilma hatte zwar ein dickes Fell, aber es bestand dringend Gefahr, dass auch sie erfriert. Da setzte sich Reikle auf den Schoß ihres Vaters und weinte und küsste und weinte und küsste so lang seinen Bart, bis er ihr erlaubte, ihr Pferdchen ins Haus zu nehmen und ihm ein Plätzchen neben dem Ofen herzurichten.

Zuerst protestierte Reikles Mutter. Aber dann froren zwei ihrer Gänse im Stall am Boden fest, so dass sie heißes Wasser über ihre Füße gießen musste, und da sagte sie: „Gut, soll die Stute ins Haus, aber nur, wenn auch die Gänse ins Haus dürfen.“

Da wusste Reikles Vater nichts dagegen zu sagen. Das aber haben die Hühner mitgekriegt, und sie stellten sich krank und zur Hälfte tot. Was blieb anderes übrig, als auch die Hühner hereinzuholen. Man brauchte ja die Hühner, sie gaben Eier. Wie nützlich, wie gesund!

Das aber fanden die Ratten ungerecht und die Mäuse ebenfalls. Reikles Vater sagte: „Was! Mit euch haben wir nichts zu schaffen. Ihr seid keine Haustiere. Bleibt, wo ihr seid! Sorgt selbst für euch!“

„He, he, he!“ , pfiff der Rattenkönig, der auch die Vertretung der Mäuse übernommen hatte. „Und wie war das auf der Arche des Noah, ha? Sind wir hier in einem jüdischen Haushalt, in dem auf die Schrift Wert gelegt wird, oder sind wir bei irgendwelchen Wilden, die kein Gesetz kennen und keine Tradition?“

Reikles Vater war ein frommer Jude, der jeden Tag das Schma Israel betete und nie vergaß, die Tefillin anzulegen, und noch bevor er und seine Familie durch die Tür in das neue Haus in Hohenems gegangen waren, hatte er die Mesusa an den Türpfosten genagelt, und immer hat er darauf bestanden, dass das Pessachfest acht Tage dauere und nicht nur sieben, weil man ja in der Diaspora lebte, und immer hatte er darauf geachtet, dass weder Weizen noch Hafer noch Gerste noch Roggen an diesen Tagen mit Wasser in Berührung kamen, und wenn die Körner in irgendeiner Weise feucht geworden waren, hatte er nicht einmal erlaubt, dass die Pferde davon fressen durften, und es hatte ihm Kopfzerbrechen bereitet, ob der Speichel im Mund vielleicht bereits das Gesetz brechen könnte. – Ja, Reikles Vater war bei Gott ein frommer Jude!

„Gut, gut, gut“, bestimmte er, „die Ratten und die Mäuse dürfen auch ins Haus.“

Oh, da ging ein Stimmengewirr los!

„Und wir? Und wir? Und wir?“

Käfer, Flöhe, Läuse, Wiesel, Marder, Spatzen, Holzwürmer und was noch alles, alle wollten ins Haus. Jedes Tier durfte von sich behaupten, der Ewige halte die Hand über sein Wohl. Denn wäre es nicht so, hätte er damals nicht veranlasst, dass es Noah auf seine Arche mitnehme?

Reikles Vater raufte sich die Haare: „Woher wisst ihr denn, dass eure Vorfahren auf Noahs Arche gewesen waren?“, rief er aus.

Aber er kannte ja die Antwort: Sonst wären all die Tiere ja nicht hier, sonst hätten sie die Sintflut ja nicht überlebt.

Und so kam es, dass in diesem denkwürdigen harten Winter alles Getier, das sich auf dem Besitz von Reikles Vater tummelte, in die warme Stube einzog.

Und stell dir vor, es herrschte Friede. Wenn es zu essen gab, nahmen die Menschen und die Tiere ihren Platz um den Tisch ein, der Hund neben der Katze, die Katze neben den Mäusen und den Ratten, die neben den Spatzen und den Käfern und den Läusen

und den Flöhen und Reikle neben ihrem geliebten Pferdchen Wilma. Alle aßen und tranken, und nicht ein einziges böses Wort fiel, jedenfalls nicht, solange es draußen so kalt war. Und einer erzählte dem anderen von seinem Leben.

Es war richtig gemütlich in dem kleinen Haus. Man war höflich zueinander. Die Katze schöpfte den Mäusen, und die Mäuse bedankten sich im Chor. Die Flöhe fragten, ob es denn auch genehm sei, ehe sie in die Haut bissen, um Blut zu saugen, und sie taten es sparsam und gerecht auf alle verteilt. In der Nacht, wenn das Feuer im Herd ausging, rückten alle nahe aneinander, und einer wärmte den anderen.

Schlicht: Es war ein Wunder. Reikles Vater verbot seiner Tochter und seiner Frau, mit irgendjemandem über das Wunder zu sprechen. Denn wenn den Juden ein Wunder geschieht, das macht neidisch, das ist so, das war immer so gewesen.

Aber dann kam eines Tages, und zwar unangemeldet, der Graf vorbei. Nämlich, weil er sich eine Gans abholen wollte. In der kalten Jahreszeit hat man ja bekanntlich den größten Appetit. Und zufällig – oder nicht zufällig – kam er gerade zur Mittagszeit, als alle um den Tisch versammelt waren, die Tiere und die Menschen. Da hat er sich die Nase zugehalten und gestaunt, der Herr Graf, das kannst du dir vorstellen! Er hat sich gedacht, aha, so geht es bei den Juden zu, die leben immer noch wie einst auf der Arche des Noah. Aber dann hat er noch mehr gestaunt. Und weißt du, warum? Als er nämlich die Hand ausstreckte, um die fetteste der Gänse am Hals zu packen, da stellten sich alle Tiere und am Ende auch die Menschen vor diese Gans, die vor lauter Schreck ein Ei legte.

Reikles Vater sagte: „Herr Graf, ich erbitte untertänigst Aufschub für dieses Geschöpf Gottes, bis der harte Winter vorüber ist.“

Der Graf hat nur genickt und hat sich umgedreht und ist gegangen und hat den Kopf geschüttelt, den ganzen Weg über vom Judenviertel bis hinauf zum Palast.

Als der Schnee abgeschmolzen war, hat ihm Reikles Vater die Gans gebracht. Sie war besonders fett, und sie hat dem Grafen besonders gut geschmeckt.

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



**Licht, Krippen und vieles mehr
für eine stimmungsvolle
Weihnachtsdekoration.**



Drechserei Armin Neuhofer

Unser Licht hat Tradition

Liebevoll gefertigt und jedes Stück ein Unikat: Die Holzleuchten und Landhausleuchten der Drechserei Neuhofer bringen den Charme der Natur in Ihr Zuhause.

Mit liebevoll ausgesuchten Einrichtungsgegenständen verbinden wir schöne Erinnerungen und verpassen damit den eigenen vier Wänden eine ganz individuelle Note. Das Potenzial zum Lieblingsstück haben auch die Holzleuchten und Landhausleuchten der Drechserei Neuhofer – das rustikale Altholz stammt aus der Region und wird mit viel Liebe und Sorgfalt ausgesucht und bearbeitet. Das Naturmaterial Holz ist auch die Ausgangsbasis der wertvollen Schnitzereien und Krippen sowie der zahlreichen dekorativen und praktischen Objekte, die man in der Ausstellung entdecken kann. Wenn Sie auf der Suche nach einem besonderen Geschenk sind, lohnt sich ein Abstecher nach Ruhpolding.

Drechserei Armin Neuhofer
D-83324 Ruhpolding
Tel.: +49/8663/12 95
drechserei-neuhofer.de

Eine Bestellung ist auch online und telefonisch möglich, inklusive kontaktloser Zustellung.



In der Ausstellung der Drechserei Neuhofer in Ruhpolding finden Sie nicht nur Holz- und Landhausleuchten, sondern auch schöne und praktische Geschenkideen.

Beschläge Manufaktur
Wieser
Ges.m.b.H.
A-4541 Adlwang

Türbeschläge
aus eigener Erzeugung



Tel. ++43 (0) 7258 / 5425 ♦ www.wieser-antik.com

Stimmungsvoll & nachhaltig

Mit dem Schmelzfeuer®
Kerzenreste recyceln



DENK +49 (0)9563 5133 20 | www.denk-keramik.de

Frauseminar am Thiersee Entdecken Sie Ihre weibliche Urkraft

Schon seit Jahrtausenden nützen Frauen die artenreiche Pflanzenwelt, um im Einklang mit der Natur ihre Familien und das Vieh zu schützen und zu heilen. Diesen Wissensschatz geben die Heilpraktikerinnen Marion Kanis und Daniela Lamprecht in ihren gemeinsamen Kursen weiter: Beim täglichen Pflanzenspaziergang lernen Sie Heilpflanzen näher kennen, diese werden gesammelt und verarbeitet – sei es beim Kochen, Seifensieden, Herstellen spagyrischer Tinkturen oder von Naturkosmetik. Nähere Informationen, Kurstermine und Anmeldung unter:

marion-kanis.com bzw. lamprecht-daniela.com



Einfach mal wieder die kleinen Dinge im Leben genießen.



**HERZ
STÜCK**
★★★ Superior
WALDKIRCHEN

**FREUNDINNEN-
UND
PÄRCHENPAKET**

p. P. ab
148 €

Doppelzimmer inklusive Frühstück, Welcome-Drink
3-Gang-Menü inklusive Wasser, Wein & Espresso
+25 € Shopping-Gutschein vom Modehaus Garhammer

**RADELN
GENUSS
WANDERN**

p. P. ab
339 €

Begrüßungsgetränk
3x reichhaltiges, regionales Frühstück, 3x 3-Gänge-Menü
Inkl. E-Bike für den Aufenthalt
Walkingstöcke leihweise



★★★SUPERIOR ERLEBNIS-BOUTIQUE-HOTEL MIT ERSTKLASSIGER KÜCHE
HERZSTÜCK Waldkirchen | Inhaber: Claus Löffmann | Marktplatz 19 | 94065 Waldkirchen
Tel. 08581 / 6909594 | hello@herzstueck-waldkirchen.de | www.herzstueck-waldkirchen.de

Kosmetische Behandlungen,
Massagen & Anwendungen
jederzeit zubuchbar.

Abschalten & Auszeit genießen

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

Auszeit zu zweit

3 Übernachtungen
inkl. ¼-Pension
Nutzung der
Wellnessanlage
1 Hauscocktail

p. P.
im DZ ab

261 €



Deine **Auszeit** ***S
Wellnesshotel
Achslach Bayerischer Wald

GUTSCHEIN-
SHOP
siehe
Homepage



Wellnesshotel Auszeit, WM-Touristik GmbH, Familie Martin Wölfl, Zeitsäge 4, 94250 Achslach
Tel 09929 902123, info@wellnesshotel-auszeit.de, www.wellnesshotel-auszeit.de

Exklusiv-Urlaub im Bayerischen Wald

Die perfekte Auszeit mit 4-Sterne-Service für die ganze Familie, Urlaub mit Hund oder Reiturlaub im Naturparadies Ilztal



Persönlich, herzlich und familiär - mit dem vollen Service eines Vier-Sterne-Hotels - so präsentiert sich das Gutshotel Feuerschwendt.

Bequeme Familien-Bungalows, Hallenbad und ein kleiner Wellnessbereich garantieren eine Auszeit, die man nie mehr vergisst.

Langeweile ist ein Fremdwort auf dem Kinderland-zertifizierten Gut mit Streichelzoo und großem Spielplatz.

Urlaub mit Hund: Der überdachte Hundetrainingsplatz steht jedem Hotelgast mit Hund kostenlos zur Verfügung

- und auf einer eingezäunten Hundespielwiese können sich die Vierbeiner so richtig austoben. In Zusammenarbeit mit der Hundeschule Hexenhof werden zusätzlich professionelle Hundetrainings-einheiten zu verschiedenen Themen wie Erziehung, Spiel und Spaß oder Rückruf angeboten.

Reiterurlaub: Auch für jeden Pferdefreund bietet Gut Feuerschwendt unendliche Möglichkeiten: Ausritte, Longenstunden, Gruppen- und Einzelreitstunden, Reiterspiele, Bodenarbeit, Theorieeinheiten oder Kutschenfahrten.



GF
HOTEL

Gutshotel Feuerschwendt
Gut Feuerschwendt 1
D-94154 Neukirchen v. Wald
Tel: 0049 8505 91290
www.gut-feuerschwendt.de

Raus aufs Land - Urlaub in Bayern bei den Donau-Perlen



Thyrnau

Kellberg-Thyrnau
08501/320
www.thyrnau.de
tourist-info@kellberg-thyrnau.de



Untergriesbach

Untergriesbach
08593/900-931
www.untergriesbach.de
tourist@untergriesbach.com



Obernzell

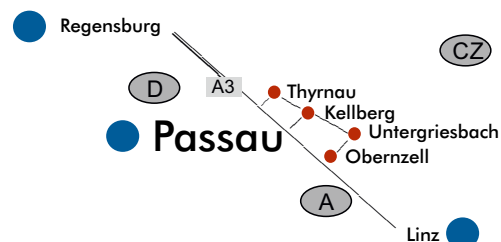
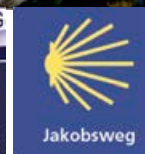
Obernzell
08591/9116-119
www.obernzell.de
tourismus@obernzell.de

www.donau-perlen.de



Donau-Perlen
im Passauer Land

Jetzt kostenlose
Broschüre bei den
Donau-Perlen anfordern!



SEHENSWERTES

BEI SERVUS TV



Servus Österreich: Nationalpark Thayatal

Von Schlossherren, Perlmutterdrechslern und Wildkatzen

Das Thayatal im Waldviertel ist eines der schönsten Durchbruchstäler Österreichs. Aber nicht nur das: Mit 1.300 Hektar ist es darüber hinaus der kleinste Nationalpark der Alpenrepublik und gilt als wenig bekannter Geheimtipp. Servus Österreich besucht im Grenzland zu Tschechien den letzten Perlmutterdrechslern Österreichs, zwei Brüder, die mit Leidenschaft ihre Fischteiche bewirtschaften, und ein Vater-Tochter-Gespann, das eifrig

an einer visionären mobilen Mühle tüftelt. Außerdem begleitet die Sendung Österreichs jüngsten Schlossherrn auf seiner nächtlichen Mission. Dass im Nationalpark Thayatal Flora und Fauna eine ausgesprochen wichtige Rolle spielen, zeigt ein Nationalpark-Ranger, der sich auf die Spuren unverhofft zurückgekehrter Wildkatzen begibt.

● **Freitag, 13. 11., 22.25 Uhr**



Terra Mater: Die Puszta – Zauber der Steppe

Przewalski-Wildpferde im ungarischen Hortobágy-Nationalpark

Vor 25 Jahren wurden einige Przewalski-Pferde aus der Mongolei, ihrer ursprünglichen Heimat, nach Ungarn gebracht, um im Hortobágy-Nationalpark die Steppenlandschaft auf natürliche Art zu erhalten. Terra Mater begleitet ein neugeborenes Fohlen und seine Bemühungen, die sozialen Strukturen innerhalb seiner inzwischen auf 300 Exemplare angewachsenen Herde zu verstehen. Die Pferde sind ständig unterwegs, somit lernen die Zuschauer auch die vielen Gesichter der Puszta durch die Augen der jungen Stute kennen.

● **Mittwoch, 4. 11., 20.15 Uhr**



Meiberger – Im Kopf des Täters

Auftakt der neuen Staffel mit Publikumsliebling Fritz Karl

Die Serie rund um den Gerichtspsychologen Thomas Meiberger (Fritz Karl) behandelt packende Kriminalfälle, die auf realen psychologischen Phänomenen basieren, eingebettet in die malerische Idylle der Stadt Salzburg und St. Gilgens am Wolfgangsee. Ebenfalls wieder mit dabei: Ulrike C. Tscharre (im Bild oben re.) als Staatsanwältin Barbara Simma, Cornelius Obonya als Kripo-Chef Nepo Wallner (li.) sowie Franz Josef Danner als liebenswerter und humorvoller Polizist Kevin Ganslinger (2. v. li.).

● **Sonntag, 15., 22., 29. 11. und 6. 12., 21.15 Uhr**

Harald Nachförg



WIR SIND GLEICH FÜR SIE DA

Kannst dich noch erinnern? Bitte warten!, Bitte warten!, ...

Hallo – Hotel Sacher ... Portier!“ Was war das nicht für eine wunderbare Fernsehserie Mitte der 1970er-Jahre. Fritz Eckhardt (siehe Foto) spielt darin die gute Seele des Hauses, den Chefportier Oswald Huber, der für seine Gäste immer da ist und jedes Problem charmant lösen kann. Elfriede Ott spielt seine Schwester Resi, und auch die anderen Rollen sind grandios besetzt. Marianne Schönauer, Maxi Böhm, Dolores Schmidinger, Fritz Muliar, Brigitte Neumeister – alle haben sie mitgemacht. Mein absoluter Liebling war der Ossy Kolmann als ständig beschwipster Maler Kerzl.

Aber da verzettel ich mich jetzt. Ich wollte ja nur erklären, warum mir die Serie unlängst wieder einfiel. Es war dieses *Hallo*, das ich so inständig herbeisehnte, aber nicht und nicht zu hören bekam. Dabei wollte ich nur eine telefonische Auskunft. Gut, es war ein großes Unternehmen, aber früher war das einfach. Man rief an – und am anderen Ende der Leitung hob wer ab. Außer es war – tü, tü, tü, tü ... – besetzt. Dann legte man ebenso schnell auf wie bei der monotonen Ansage „Bitte warten!“.



Heute schafft man das nicht mehr. Die Tonbandtexte, von sanften Frauenstimmen verführerisch gesprochen, haben beinahe hypnotische Wirkung. Kaum wirst du *Herzlich willkommen!* geheißen, bist du auch schon unterwegs auf einer Reise, in der du in ferne Galaxien vordringst, die nie ein Mensch zuvor gesehen hat. Nein, Witz, mit dem Spruch beginnt jede Folge von „Raumschiff Enterprise“. Aber verloren wie in den unendlichen Weiten des Weltraums kommt sich auch der Anrufer vor, der erst einmal einige Aufgaben zu bestehen hat, ehe er verbunden wird. Zum Beispiel muss er drücken ... *die 1, die 2, die 3* usw., je nachdem, welche Frage er hat. Leider half mir die Beschäftigungstherapie nicht, ich konnte gar nix drücken, weil mein Anliegen nirgendwo hineinpasste.

Wenn Sie allgemeine Fragen haben, bleiben Sie in der Leitung. Ich wartete also. Ein wenig sentimental fiel mir die gute alte Wählscheibe ein, ihr Surren beim Rücklauf und wie sich der Onkel Alfred, der ja so dicke Finger hatte, über ein Tastentelefon gefreut hätte.

Bitte haben Sie noch etwas Geduld. Die nächste freie Leitung ist bereits für Sie reserviert. Die Frau Andraschky, dachte ich, hat ja auch gern ewig geplaudert, damals,

als wir noch das erbsengrüne Vierteltelefon hatten. Aber da bin ich schneller durchgekommen. Zur Silvia zum Beispiel, um ihr neue Schallplatten vorzuspielen. Mit dem modischen Fünf-Meter-Kabel, das die Festnetzapparate damals hatten, musste man ja nicht im Vorzimmer stehen bleiben. Da konnte man es sich locker vor der Stereoanlage des Vaters bequem machen oder wie die Silvi abgeschirmt von der lauten Familie im Kleiderschrank hocken.

Aber zurück in die Warteschleife. Jetzt aufzulegen wäre dumm, schließlich ist *gleich* jemand *persönlich* für mich da, um sich *so rasch wie möglich* ... Abgesehen von diesem nervösen Augenzucken

hatte ich jetzt auch noch einen Ohrwurm – und piff die fröhliche Melodie zwischen den Ansagen synchron mit.

Vierzig Minuten später, dem Irrsinn nahe, machte ich schließlich von der Möglichkeit Gebrauch, *durch Drücken der Taste 1* einen *zeitnahen Rückruf* anzufordern. Und siehe da, bald läutete es tatsächlich: *Es tut uns leid, dass wir Ihren Anruf noch nicht entgegennehmen konnten. Derzeit kommt es zu längeren Wartezeiten. Sie finden unsere Dienstleistungen auch online. Dort stehen wir Ihnen rund um die Uhr zur Verfügung.*

Das war der Moment, in dem ein menschliches *Hallo* einen Tobsuchtsanfall vielleicht noch verhindern hätte können.

Servus im Dezember



Ab
19. NOVEMBER
2020
überall, wo es
Zeitschriften
gibt

VORFREUDE AUF DIE SCHÖNSTE ZEIT

Was wäre Weihnachten ohne Christbaum? Wir basteln Sterne aus Stroh und duftendem Bienenwachs, bemalen **Holz-kugeln** in Mattrosa und fädeln glitzernde **Glasperlen** auf. Damit schmücken wir den Baum: modern in Pastelltönen, ganz traditionell-rustikal oder mit Glanz und Glitter.



MIT GLÜHENDEN KOHLEN

In Feistritz in der Obersteiermark fertigen Hans und Marianne Wechselberger **Räucherpfannen** in vierter Generation. Jedes Stück ein Unikat, geschmiedet für die Ewigkeit.



KÖSTLICHE BESCHERUNGEN

Große Oper und leichtes Festtagsmahl: Das bieten unsere beiden **Weihnachtsmenüs**, in denen gespickter Braten (im Bild) und frischer Fisch die Hauptgang-Rollen spielen.

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 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 Jacklina Fuchs, Izabela Idziak, Martin Kreil

Redaktion Alice Fernau (Mein Daheim), Harald Nachförg, Verena Randolf

Autoren René Freund, Michael Köhlmeier, Uschi Korda, Dorli Muhr

Freie Mitarbeiter Karin Buchart, Thomas G. Konofol, Julia Kospach, Elke Papouschek, Johanna Paungger, Silvia Pfaffenwimmer, Thomas Poppe, Alexander Rieder, Veronika Schubert, Nina Strasser, Tanja Warter, Ruth Wegerer

Redaktionsmanagement Martina Bozeczy

Illustrationen Peter Jani, Marion Kamper, Kerstin Luttenfeldner, Andreas Posselt, Verena Schellander, Roland Vorlauber

Head of Photo Isabella Russ

Executive Creative Director Markus Kietreiber

Head of Digital Publishing Mesi Tötschinger

Projektmanagement Digital Vanessa Elwitschger

Redaktion servus.com Beatrix Hammerschmid (Ltg.), Luana Baumann-Fonseca, Chris Julia Helmberger

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

Audience Development & E-Commerce

Elisabeth Hofhans (Ltg.), Lena Distelberger,

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.), Sabine Zölß

Media Sales & Partnerships AT Franz Fellner, Thomas Hutterer, Stefanie Krallinger, Alfred Minassian, Nicole Okasek-Lang, Britta Pucher, Jennifer Sabejew, Ellen Wittmann-Sochor, Kristina Krizmanic (Assistant);

Manuela Brandstätter, Monika Spitaler (Anzeigenservice)

Media Sales & Partnerships DE Thomas Keihl (Ltg.), Clemens Dittrich, Daniela Güpner, Jennifer Heng,

Martin Riedel, Constantin Röttger, Benedikt Schmid, Christian Wörndle

Co-Publishing Susanne Degen-Pfleger (Ltg.), Elisabeth Staber (Ltg.), Mathias Blaha, Katrin Dollenz, Raffael Fritz,

Thomas Hammerschmid, Eva Pech, Valentina Pierer,

Mariella Reithoffer, Verena Schörkhuber, Sara Wonka,

Julia Bianca Zmek, Edith Zöchling-Marchart

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

Commercial Design Peter Knehtl (Ltg.), Simone Fischer,

Martina Maier, Alexandra Schendl, Julia Schinzel,

Florian Solly

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

Herstellung Veronika Felder

Produktion Martin Brandhofer, Markus Neubauer

Lektorat Hans Fleißner (Ltg.), Petra Hannert, Monika Hasleder, Billy Kirnbauer-Walek, Belinda Mautner,

Klaus Peham, Vera Pink

Lithografie Clemens Ragotzky (Ltg.), Claudia Heis,

Nenad Isailovic, Sandra Maiko Krutz, Josef Mühlbacher

Finanzen Julian Bartik, Johannes Hadler, Klaus Plening

MIT Christoph Kocsisek, Michael Thaler

Operations Melanie Grasserbauer, Alexander Peham,

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

Druck Vogel Druck und Medienservice 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-Abo Postfach 1326, 71003 Böblingen

Abo-Hotline 089/88 99 77-03

Abo-Fax 089/88 99 77-97

Abo-Mail 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, Web: servus.com

Medieninhaber, Eigentümer & Verleger Red Bull Media House GmbH, Oberst-Lepperdinger-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

JETZT ABO SCHENKEN!

Ein Geschenk,
das von Herzen
kommt!

SO EINFACH GEHT'S:

Sie erhalten von uns eine festlich **verpackte** Dezember-Ausgabe von **Servus** samt einer **Weihnachtskarte**.

Dieses Päckchen können Sie Ihren Lieben unter den Christbaum legen.

DAS GESCHENK:

Anschließend wird **Servus** ab der Januar-Ausgabe nach Weihnachten **jeden Monat** an die von Ihnen angegebene Adresse des Geschenk-abos geschickt.

VORTEIL FÜR SIE:

Und als kleine Aufmerksamkeit gibt es mit dem eingepackten Heft noch **12 Geschenkanhänger** – für Geschenke, die von Herzen kommen. Bitte bestellen Sie **bis 8. 12. 2020**, damit das Geschenkpäckchen rechtzeitig bei Ihnen eintrifft.

Für nur
€ 48,90



servusmagazin.de/weihnachten



BR

Hei
mat

In Ihrem
Digitalradio
DAB+

Hei mat

BR Heimat – typisch Bayern.

 Weitere Volksmusikangebote auf dem YouTube Kanal von BR Heimat.