

Natureise Steiermark 2019 – Sammeln und Genießen an der Quelle des guten Geschmacks: Wildkräuterküche & Naturkosmetik

Jedes Reiseziel hat seine regionale Identität. Dies spiegelt sich auch wider in dem Angebot an Speisen und Zutaten. Aber vor allem die Lebensmittel, die in unmittelbarer Umgebung produziert werden, schaffen es, unverwechselbare Geschmäcker in Speisen zu zaubern.

Diese neue Genuss- und Natureise führt Sie in den Naturpark Sölk­täler, und die Biologin Michaela Marx zeigt Ihnen, wo man Essen und Kosmetik direkt aus der Natur ernten kann. Sie geht mit den Gruppen hinaus in die Natur, und Früchte, Wurzeln, Beeren und Kräuter werden im maßvollen Stil gesammelt und nach Hause gebracht zu Agnes, der Wirtin der Sölkstüb'n, die wiederum daraus die Köstlichkeiten für die Gruppe zaubert. Näher dran am Ursprung der Lebensmittel geht es nicht mehr. Wildkräuter und Wildobst, die voller Vitamine und stärke­der Inhaltsstoffe für den menschlichen Körper sind, werden unverfälscht direkt aus Wald und Wiese auf den Tellern landen. Die Aromen der Bergkräuter werden durch die schonende Garweise der Kochkiste erhalten und entfalten sich so in Suppen, Eintöpfen, Braten etc. Heilpflanzen sind die Hauptbestandteile von Salben, Cremes, Deos und Seifen, welche Sie lernen herzustellen.

Während der Ausflügen werden biologische Kenntnisse vertieft, Wildkräuter und Heilkräuter vorgestellt, Meditationen in der Natur durchgeführt, die Märchen und Sagenwelt erschlossen, und Exkursionen führen die Gruppe zu regionalen Manufakturen und Almbetrieben, in denen Lebensmittel hergestellt werden.

SLOW NATURE[®] ist die sanfte Art von Michaela Marx, Natur zu vermitteln und eine Verbindung zwischen den Mitreisenden und der Natur zu erschaffen. Sie schafft es, den Menschen Natur beizubringen, sich zu erden und sich auf einen verlangsamten, bewussteren Lebensrhythmus einzulassen. Dabei spielt die Sölkstüb'n von Agnes Lemmerer eine wichtige Rolle. Nach den Naturausflügen können die Teilnehmer heim kommen. Ein Ort des Entspannens und Genießens nimmt sie in ihren Schoß auf. Sie ist Partnerin von SLOW FOOD[®] und KULINARIUM STEIERMARK, und ihr Haus ist weit über die Grenzen des Sölk­tals bekannt. Die Seminarraum und die Lehrküche bieten viel Potenzial. Gäste werden selbst lernen, wie man so hervorragende Speisen kocht, und einige fahren auch mit einer Kochkiste im Gepäck nach Hause.

Und damit nicht genug. In Workshops produzieren die Gäste mit Agnes und Michaela Vorräte, die den Aufenthalt im Sölk­tal nachwirken lassen.

Leckereien und Pflegeprodukte für Zuhause, die die Zeit an diesem herrlichen Fleckchen Erde lange nicht vergessen lassen. Oberstes Gebot ist dabei der schonende Umgang mit der Natur, kein Raubbau, der Natur wird Respekt gezollt, und im Einklang und Einverständnis der Wiesen- und Waldbesitzer die Touren geplant.

Das Projekt ist auch geeignet für Gruppen betrieblicher Art, Teambildungsausflüge, Gesundheitstage. Individuelle Terminvereinbarungen sind jederzeit möglich.

Termin im Sommer 2019: 1. Juli bis 6. Juli



Reiseverlauf

Tag 1: 1. Juli 2019 – Anreise

Wir reisen individuell oder nach Absprache gemeinsam an. Die Sölkträler sind Nebentäler des Ennstales und sehr gut zu erreichen. Bis Stein an der Enns geht auch eine Zugverbindung. An diesem ersten Tag lernen wir die nähere Umgebung kennen und sehen auf einer kleinen Wanderung zu einer alten Mühle die frischen Alpenkräuter. Mit diesen verfeinern wir unser erstes köstliches Kochkisten-Menü.



Tag 2: 2. Juli 2019 – Naturkosmetik

Die Bräualm bei St. Nikolai ist unser Ziel. Der Weg bis zum Wasserfall ist leicht zu bewältigen. Heute sammeln wir Kräuter für unsere Haut. Dabei erfahren Sie über viele Pflanzen Geschichten zu Pflege oder Heilung unserer äußeren Hülle. Nach dem Abensessen erwartet Sie ein spannender Vortrag über Naturkosmetik. Dabei dürfen Sie schon testen und probieren.

Tag 3: 3. Juli 2019 – Naturkosmetik

Heute werden die gesammelten Kräuter mit wertvollen Zutaten zu kosmetischen Kostbarkeiten verrührt. Naturkosmetik ist einfach zu bereiten, frei von Konservierungsmitteln und individuell anpassbar. Sie werden eine Basic-Ausstattung herstellen und lernen, wie man diese auch zu Hause zubereitet.

Tag 4: 4. Juli 2019 – Essbare Wildpflanzen

Da wir für unsere Wildkräutergerichte Zutaten brauchen, wandern wir am Vormittag durch Wiesen und Wälder und nehmen in kleinen Mengen mit, was die Natur zu bieten hat. Dabei erklärt Ihnen Michaela Marx genau welche Pflanzen wie zu benutzen sind, und was man früher daraus gemacht hat. Mit Agnes Lemmerer werden die Kräuter verarbeitet und in der Kochkiste langsam und schonend zu einem Menü frisch aus der Natur verarbeitet. Nach dem Abendessen dürfen Sie einem spannenden Vortrag über Essbare Natur lauschen.

Tag 5: 5. Juli 2019 – Essbare Wildpflanzen

Am heutigen Tag verarbeiten wir Wurzeln, Blüten, Blätter und Nadeln zu ungewöhnlichen Speisen. Aber zuerst wird gesammelt und dann zu einem Abendessen mit raffinierten Rezepten arrangiert. Aber wie vergessen auch nicht die Vorratskammer zu Hause. Dieser Urlaub soll nachhaltig sein, und wie schön ist es, nach Wochen noch die Geschmäcker aus dem Sölketal im Essen zu haben.

Tag 6: 7. Juli 2019 – Abreise

Nach einer etwas anderen Art von Urlaub spüren wir die Erholung des Körpers und der Seele. Wir haben etwas für uns getan, uns mit der Natur verflochten und sie sanft genutzt. Wer jetzt Lust hat noch zu bleiben, kann diesen Aufenthalt natürlich individuell verlängern. Ansonsten reisen wir am Vormittag ab und kommen bestimmt gerne wieder.

Die Teilnahme kann individuell gebucht werden. Es besteht auch die Möglichkeit, nur das Naturkosmetik-Paket, oder das Essbare Wildpflanzen-Paket zu buchen, die Teilnahme kann auch ohne Übernachtung erfolgen. Aufgrund der Witterung und des jeweiligen Nahrungsangebotes kann das Programm vom Veranstalter geändert werden.

Weitere Infos zu Verlauf und Kosten der Naturreise:

Michaela Marx
Tel. +49 (0) 9444 / 98 13 09
post@nahtour.info

Sölkstüb'n – Agnes Lemmerer
Tel. +43 (0) 3689 / 281
info@soelkstubn.at

