

„A runde Sach“

Bei Knödelkochkursen im rustikalen Landgasthof oder geführten Kräuterseminaren durch Bauerngärten und Almwiesen geben Landköchinnen und Kräuterpädagogen ihre Geheimrezepte für die Zubereitung der traditionellen Naturküche weiter. So wird der kulinarische Ausflug ins oberbayerische Voralpenland zu einer „runden G'schicht“.

Text: Carolin Müller

Kräuterlimonade selber machen? Den richtigen Dreh beim Knödelformen rauskriegen? Eigenes Johannisöl zur Sommersonnenfeier herstellen? Oder Sauerkraut richtig lagern? Wie früher bei der Großmutter lernen Besucher der Alpenregion Tegernsee Schliersee Tipps und Tricks der bayerischen Hausmannskost kennen.

Im Knödelkurs führt Michaela Schmitz-Guggenbichler im Gästehaus Alte Bergmühle in die Kunst des „Knödels“ ein. Bei den sogenannten „Birkensteiner Knödeleien“ dreht sich alles um die runden Köstlichkeiten, die in pikanten, würzigen oder süßen Varianten gemeinschaftlich in Gruppen von vier bis 25 Personen gezaubert werden. Ob Semmelknödel, Spinatknödel, Speckknödel, Kas-Knödel, Zwetschgenknödel oder die exotische Ingwer-Karotten-Topfenknödel-Variante mit Lauchsoße – beim Knödeln ist für jeden Geschmack etwas dabei. Nach dem gemeinsamen Essen und einem „Schnapslerl“ der Region geht es von der alten Mühle zum Birkensteiner Wallfahrtskircherl an die frische Luft.

Einfach alles selbst gemacht

Angelika Prem vom Hennererhof ist mit ihren Gästen als Kräuterfee rund um das Familien-Anwesen am Schliersee unterwegs. Direkt vor der Haustür wachsen über 200 verschiedene Kräuter, deren Wirkung und Verwendung die qualifizierte Kräuterpädagogin bei individuellen Führungen, Seminaren und während spezieller Themen-Tage erklärt. So wird beispielsweise mit Kindern Kräuterlimonade selbst gebraut – zur Johan-

nisnacht oder Erntedank gibt es Johannisöl und Herbst-Essig. Selbstgemachte Produkte wie Liköre, Marmeladen, eigens hergestellte Käse- und Wurstvariationen sowie „Duftsackerl“ sind im Hofladen erhältlich. Im angeschlossenen Bauernhof-Cafe wird täglich Kuchen nach „Urgroßmutter-Art“ gebacken.

Köstliche Kombinationen

Unter dem Motto „Leben im Einklang mit der Natur“ bietet „Kräuterwastl“ Sebastian Viellechner in Kooperation mit dem Gasthaus zum Pritzlwirt in Thalham Kräuterwanderungen und Naturerlebnisführungen sowie Seminare zum Thema „Gesunde Ernährung“ an. Der Kräuterexperte und Umweltpreisträger des Landkreis Miesbach vermittelt dabei ein Verständnis für die Wildpflanzen der Region und gibt Tipps zur Herstellung von Marmeladen, Tees, Likören und Gewürzen und auch zum richtigen Zubereiten und Aufbewahren von Sauerkraut. In der Tafernwirtschaft Pritzl wird das Erlernte angewandt, und die kulinarischen Leckerbissen werden anschließend verkostet.

Wer das Beste aus „Kräutern und Knödeln“ kombinieren möchte, ist bei Ulla Menke hervorragend aufgehoben: Frau Menke ist Mitglied bei den Miesbacher Kräuterpädagogen und bietet zweiwöchentlich erlebnis- und lehrreiche Führungen am Tegernsee an, die eine kleine Wildkräutermahlzeit beinhalten. Bekannt ist zudem ihr Wildkräuterknödelrezept, das während des Knödelkurses in der Alten Bergmühle nachgekocht werden kann.



Knödel- und Kräuterurse in der Alpenregion Tegernsee

Landgasthof „Alte Bergmühle“
Familie Michaela Schmitz-Guggenbichler
Birkensteinstraße 60
83730 Fischbachau-Birkenstein
Tel.: 08028/732
www.bergmuehle.info

Hennererhof in Schliersee
Johann Prem
Hennererstr. 36
83727 Schliersee/Westenhofen
Tel.: 08026/9229964
www.hennerer.de

Gasthaus Pritzlwirt
Pim Lans, Eva Eichelseder
Pritzl 102
84489 Burghausen
Tel.: 08677/4488
www.pritzlwirt.de

Miesbacher Kräuterpädagogin:
Ulla Menke
Anton-Gillhuber-Str. 20
83714 Miesbach
Tel.: 08025/995356
www.miesbacher-kraeuterpaedagogen.de

Weitere Infos:
Tourismusverband Alpenregion Tegernsee
Schliersee e. V.
Tel.: 08022/9273890
oder unter www.tegernsee-schliersee.de



Lust auf Selbermachen: Knödelurse stehen hoch im Kurs.