



ALLGÄU

für Genießer

Die großen Naturräume mit ihrer außergewöhnlichen botanischen Vielfalt, die reine Luft und starke Sonneneinstrahlung in den Höhenlagen, das frische Quellwasser in den Bergen – das sind die edelsten Zutaten der Natur für die Allgäuer Gourmetprodukte Kräuter, Honig und Käse. Und alles, was sich daraus zaubern lässt.

DAS BLÜHENDE ALLGÄU

auf dem Teller und im Glas

Für viele Menschen sind die Pflanzen auf den Allgäuer Bergwiesen entweder Unkraut, Gräser oder Blumen. Dabei gibt es dort viele Wildkräuter, Schutz- und Heilpflanzen. Was man damit machen kann, zeigen drei Kräuterexperten.

Eine echte Rössle-Kur

Bei Axel Kulmus, dem Besitzer des „Gasthofs Rössle“ im Westallgäuer Dörfchen Stiefenhofen, kann man sich auf eine kulinarische Entdeckungsreise der besonderen Art begeben: Axels Kräuterküche mit Blüten, Wild- und Gartenkräutern. Zum Auftakt eines Kräutermenüs gibt es beispielsweise Prosecco mit feinem Wildblütensirup, dazu knuspriges Kräuterwürzbrötchen im Blumentöpfle mit Löwenzahnbuttermilch. Schon das erweist sich als zarter,

hätte solche ungewöhnlichen Köstlichkeiten in einem Allgäuer Gasthaus mitten auf dem Land erwartet? Und als wäre das alles noch nicht genug, wird zum Dessert ein Ringelblumen-Estragon- und Rosenblütenparfait an rotem Curry-Limonen-Sorbet aufgetischt. Wer hätte zuvor auch nur geglaubt, dass Heu nicht nur den Kühen, sondern auch verwöhnten Schleckermäulchen bestens munden könnte? Wer hätte sich je vorstellen können, wie köstlich die Blüte der Kapuzinerkresse schmeckt, beträufelt mit Wildkräuter-Vinaigrette, als wäre es frischer Morgentau? Und wer hätte gedacht, dass intensiver Lavendelgeschmack mit dem der Tomate perfekt harmoniert? In der Wildsaison muss man unbedingt die Hirschkalbsterrine mit Zwetschgen-Ingwerkonfit probieren und die geradezu gött-



BRENNESSELSCHUPFNUDELN IM „LANDGASTHOF RÖSSLE“

herrlich ungewohnter Kitzel des Gaumens. Dann folgt eine kulinarische Offenbarung in Form eines eingelegten Alp-Ziegenkäses mit frischen Garten- und Wildkräutern, gefolgt von einem Rahmsüppchen aus Allgäuer-Bergwiesen-Heu. Bergwiesen-Heu, jawohl! Und die Krönung ist dann das grillierte Wallerfilet im Speckmäntelchen an heißer Lavendel-Tomatensauce, sorgfältig drapiert auf Brennessel-Blattspinat! Wer

liche Vogelbeer-Holundersauce, die perfekt zum grillierten Wildschweinerücken passt. Und dann das selbst gemachte Bärlauch-Pesto! Axel Kulmus gehörte zu den Ersten im Allgäu, die Bärlauch-Pesto auf der Karte hatten: „Um 1995 brauchte ich davon im Schnitt jährlich etwa ein Kilogramm, heute sind es 150“, erzählt er bei einer Führung durch seinen Kräutergarten hinterm Haus, in dem Weinraute, Hopfen,



KRÄUTERTISCH IM „RÖSSLE“

Tripmadam, Bergminze, Kampfer, Ysop, wilder Majoran und viele Kräuterarten mehr wachsen. Stiefenhofen wird schon seit einigen Jahren „das Kräuterdorf“ genannt. Es gibt hier neben dem Kräutewirt geprüfte Wildkräuterführerinnen, mehrere Kräuterlandhöfe und Kräutergärten sowie eine Bäckerei. Der Auslöser für diese Kräuterbegeisterung liegt im Ortsteil Hopfen, ist ein kleines irdisches Paradies und trägt den schönen Namen Artemisia.

Eine Blüte der besonderen Art

Artemisia ist der lateinische Name für die Pflanzengattung der rund 500 Korbblütler-Arten. Schon in der Antike wurden viele Artemisia-Arten als Heil- und Gewürzpflanzen genutzt, fast alle enthalten Bitterstoffe und ätherische Öle. Der Name bezieht sich auf die griechische Göttin Artemis, die Leben spendende Erdenmutter und Göttin der Jagd, die sich auch in den Mythologien vieler anderer Völker findet. So zeigt schon der Name, dass es Tilman Schlosser, der 1997 mit dem Kauf eines alten Bauernhauses und 9,5 Hektar Ackerland in Hopfen Artemisia begonnen und aufgebaut hat, um mehr ging als nur um den biologischen Anbau von Kräutern. Er selbst bezeichnet den Weg, den er 1997 gewählt hat, als Berufung. Im inzwischen 13 Hektar umfassenden Garten werden über 300 Kräuterarten angebaut, das Setzen, Pflegen, Ernten und Trocknen erfolgt per Hand. Der Garten ist stets zugänglich,

es gibt viele Bäume, Büsche, Bächlein, Steinstrukturen und heimelige Winkel. „Ich wollte einen Ort des Wohlbefindens und der Begegnung zwischen den Menschen und den Naturkräften schaffen, um jene Verbindung wieder herzustellen, die in unserer modernen Welt gekappt wurde“, sagt Schlosser. Er verkünde keine Heilslehre und sei auch kein Lehrer, es gehe ihm darum, anderen die Möglichkeit zu bieten, selbst wieder einen Zugang zu diesen heilenden und wohltuenden Kräften der Natur zu finden. Ein Ort der Begegnung ist auch die Teestube, wo man eine der Artemisia-Teemischungen schlürfen kann, deren Namen auf die erwünschte Wirkung hinweisen: „Klarblick“ erfrischt mit Bergminze, Ysop, Mutterkraut und Drachenkopf. „Nerven wie Drahtseile“ schmeckt dagegen leicht bitter und besteht aus Zitronenverbene, Blauer Verbene und Ringelblume. Es gibt aber auch exotische Kaffee- und Kakaospezialitäten, frische saisonale Gerichte und Kuchen. Wen es nach geistiger Fortbildung dürstet: Das umfangreiche Veranstaltungsprogramm, schließt Schamanismus so wenig aus wie Räucherzeremonien, die Herstellung von Tinkturen, Kräuterölen und Salben oder Alpkrauterwanderungen. Eine öffentliche Fachbibliothek gehört dazu und natürlich ein Hofladen mit einer großen Auswahl an Tee-, Gewürz- und Kräutermischungen. Dort gibt es auch Kräuterschnäpse von Michels Schnapsbrennerei.



AUGENSCHMAUS: WILDKRÄUTERSALAT

Hoch an Metern und Prozenten

„Michels Brennerei“ liegt samt Alpenkräutergarten und Wohnhaus in 1300 Metern Höhe auf der sonnenverwöhnten Hörmoos-Alpe oberhalb von Steibis, direkt neben dem „Berggasthaus Hörmoos-Alpe“. Dorthin gelangt man entweder auf der rund dreistündigen schönen Tour vom Hochgrat über die westliche Nagelfluhkette zum Hochhäderich oder in einer Stunde zu Fuß ab der Bergstation der Imbergbahn. Michael Schneider und seine Frau Gerda leben fast das ganze Jahr dort



AXEL KULMUS VOM „LANDGASTHOF RÖSSLE“ BEIM KRÄUTERERNTEN

Adressen

Landgasthof Rössle, Hauptstraße 14, 88167 Stiefenhofen, Tel. 08383/9 29 90, www.roessle.net

Artemisia, Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen, Tel. 08386/96 05 10, www.artemisia.de

Michels Kräuter-Alp, Alpe Hörmoos, 87534 Oberstaufer-Steibis, Tel. 08386/98 05 51, www.kraeuteralp.de (Es gibt ein günstiges Kombiticket von Imbergbahn, Führung und Schnapsprobe)

Fünfzehn Kräuter pflegende Höfe haben sich im Verein **Allgäuer Kräuterland** zusammengeschlossen. Informationen auf www.allgaeuer-kraeuterland.de

oben. Im Winter organisieren sie geführte Schneeschuhwanderungen mit Iglubau und Schnapsverkostung, in der schneefreien Zeit wird je nach Jahreszeit gepflanzt, geerntet, gesammelt, gebrannt, destilliert, angesetzt und abgefüllt. Fast rund ums Jahr werden Führungen mit Verkostung in der Brennerei angeboten, in der Edelbrände, angesetzte Liköre, Öle, Balsame, Essenzen und Elixiere wie Schwedenbitter und Melissengeist aus den Pflanzen, Wurzeln, Beeren und Kräutern, die dort oben wachsen, entstehen. Die kurze Vegetationszeit in dieser Höhe, die reine Luft, die intensive Sonneneinstrahlung und das quellfrische Wasser samt dem steinigen Boden sorgen dafür, dass die Wirk- und Geschmacksstoffe dreimal so intensiv sind wie die der Pflanzen im Flachland.

Besonders die Produkte aus Vogelbeere und Meisterwurz sind in den letzten Jahren immer beliebter geworden, beide Pflanzen haben in der Heilkunde seit jeher eine lange Liste an positiven Auswirkungen auf den menschlichen Organismus. Auch die Wurzel des geschützten Gelben Enzians darf Michel dank spezieller Genehmigung und seiner nachhaltigen Vorgehensweise ausgraben und verarbeiten. Wie edel, köstlich oder wirksam Michels Produkte und hochprozentige Kreationen sind, sollte man selbst herausfinden bei einer seiner interessanten, hochprozentigen Führungen. Eine gute Grundlage im Magen ist dazu allerdings besser mitzubringen.



*Lavendel – eine der 300 Kräuter-,
Heil- und Gewürzpflanzen im
Garten von „Artemisia“*