



Bärlauch - der Duft des Frühlings

Wenn der würzige Geruch von Knoblauch in der Luft liegt, ist klar – der Frühling ist da und mit ihm der Bärlauch. Über 25 km erstreckt sich der südsteirische Bärlauchgürtel von Mureck bis nach Bad Radkersburg und macht mit seinem Duft Appetit auf das grüne Wildgemüse.

Regionales Super-Food

26 Wirte entlang des Bärlauchgürtels verschreiben sich im Frühling ganz dem „Waldknoblauch“, wie der gesunde Frühlingsbote genannt wird. Was schätzt Küchenchefin Cornelia Kollmanitsch so am Bärlauch? „Dass man einfach weiß, was man hat. Er wächst bei uns direkt vor der Tür, wild in den Murauen. Da kommen keine Chemikalien dran“, so die Köchin, die das Restaurant „Zum Lindenhof“ mit ihren Schwestern führt. Nicht nur, dass der Bärlauch unbehandelt ist, die grünen Blätter haben einiges zu bieten. Bärlauch senkt den Blutdruck, regt Stoffwechsel und Durchblutung an und liefert wichtiges Vitamin C. Mit so einem Kraftspender startet man bestens gerüstet in den Frühling.

Sicher durch Geruchstest

„Viele Gäste trauen sich nicht, den wilden Bärlauch zu pflücken, weil man immer wieder von Verwechslungen mit giftigen Maiglöckchen liest. Deshalb bestellen sie ihre Bärlauchgerichte bei uns. Da können sie sicher gehen, dass alles stimmt“, so Kollmanitsch. Dabei ist das Sammeln von Bärlauch auch für Laien mit einem kleinen Trick ganz unkompliziert und sicher. Einfach an den geschmeidigen Blättern reiben. Nimmt man dann den unverwechselbaren Knoblauchduft wahr, handelt es sich eindeutig um Bärlauch, den man gefahrlos genießen kann.

Kreative Variationen tischen die Bad Radkersburger Bärlauchköche auf. Wie wäre es mit dem Lieblingsgericht von Cornelia Kollmanitsch: gebackene Bärlauchpalatschinken gefüllt mit Bärlauchtopfen? Wer selbst den Kochlöffel schwingen möchte, findet Anregungen in der Bärlauch-Fibel oder im Kochbuch mit Lieblingsrezepten der Bärlauchköche.

Bewegender Genuss

Nur gut, dass sich Genuss und Bewegung in der Region Bad Radkersburg perfekt kombinieren lassen: etwa beim Radeln, Golfen, bei Weinwanderungen oder beim Bummeln durch die historische Thermenstadt. Entspannung pur bietet das besondere Thermalwasser der Parktherme Bad Radkersburg. Das 36 Grad heiße Wasser fördert nachweislich den Stressabbau und macht frühlingsfit. www.badradkersburg.at

Fotodownload (Rechte: TVB Region Bad Radkersburg): Kann selbst nicht genug vom Bärlauch bekommen: Küchenchefin Cornelia Kollmanitsch aus Bad Radkersburg.

Rückfragen:



Mag. Birgit Oberhollenzer-Praschberger
Berchat 280, 6135 Stans
fon 05242-63636

mobil 0676-7282800
birgit@oberhollenzer.at
www.oberhollenzer.at