



Slow Food Travel



UNTERWEGS ZUM GUTEN GESCHMACK

Das Lesach- und Gailtal in Österreich sind die weltweit erste »Slow-Food-Travel-Destination«: Eine Einladung, zu einheimischen Bauern, Köchen, Bäckern und Kräuterexperten zu reisen, die ihre Gäste ursprüngliche Lebensmittel wiederentdecken lassen, zusammen mit ihnen Käse machen, Brot backen und vieles mehr. **Martina Tschirner** hat diese Einladung im Sommer angenommen.



Mich von einer Reise nach Kärnten zu überzeugen, ist nicht schwer. War es vielleicht noch zu Zeiten, als für mich als Urlaubsziel nur das Meer infrage kam. Doch für Badenixen hat Kärnten ja wunderschöne Seen! Und einmal dort gewesen war ich begeistert, mehrere Ferienaufenthalte im südlichsten Bundesland Österreichs folgten.

Die Vorfreude auf ein paar Tage in der weltweit ersten »Slow-Food-Travel-Destination« war deshalb groß. Die Idee hinter diesem Konzept: Wer zu den Wurzeln der Lebensmittel fährt, wird sich viel eher ihres tatsächlichen Wertes bewusst – und danach auch bereit sein, einen fairen Preis für gutes, in Handarbeit produziertes Essen zu zahlen. Vom Konsumenten oder Verbraucher zum sogenannten Ko-Produzenten werden – so wie Slow Food sich das von seinen Mitgliedern wünscht, sollte dies bei den im Sommer 2017 angebotenen 19 Workshops im Convivium Alpe Adria ganz wie von selbst passieren: beim Brotbacken wie beim Käsen, beim »Über-die-Schulter-Schauen«, wenn Speck hergestellt wird, bei der Kräuterwanderung und Kochwerkstatt.

Fotos: © www.slowfood.travel/W. Hummer



Auf für drei Tage ins Gailtal hieß es deshalb im Juli, wo die Gail, ein Nebenfluss der Drau, fließt, und das bis ins Lesachtal. Auf zu Bauern und Produzenten von Maria Luggau über Kötschach-Mauthen bis Hermagor.

Frühstück mit Schnecke

Eine Unterkunft für die Reise nach Kärnten braucht es natürlich auch. Und wie großartig – in vielen Hotels und Pensionen wird Regionalität mit ganzem Herzen gelebt. So manche von ihnen sind mit der roten Schnecke ausgezeichnet. Was dort auf den Frühstückstisch kommt, liefern die Produzenten der Region – und am Buffet ist das auch so gekennzeichnet. »Slow Food Frühstück« gab es für uns auch im vor Kurzem schick renovierten Biohotel »Der Daberer«. Mit Brot und Brötchen von der Bäckerei Matitz im fünf Kilometer entfernten Kötschach-Mauthen, Biokäse u.a. von Zankl, gleich oben auf dem Berg, Wurst und Schinken von nahen Metzgern, statt Lachs geräucherte Gailtalforelle. Wer sich diese Leckereien für daheim kaufen möchte, findet sie auch in den Regionalläden, etwa im »St. Danieler G'schäft«.



Eine von ehemals 100 Wassermühlen im Lesachtal, mit denen auch heute noch Getreide gemahlen wird.



Kärntner Produzenten bei der Arbeit nicht nur über die Schulter schauen, sondern selbst mitanpacken: beim Biokäser Hubert Zankl (li. oben) und beim Speckspezialisten Hans Steinwender (li. unten). Alles über Kräuter, egal ob für die Küche, die Gesundheit oder Schönheit, weiß Gertrude Wastian (re).

Es sind acht Adressen, sowohl im Gail- als auch im Lesachtal, die ein »Slow Food Frühstück« anbieten. Viele von ihnen auch Halbpension – keine schlechte Gelegenheit, beim Abendessen auch Kärntner Spezialitäten wie Kasnudeln und Marillenknödel kennenzulernen.

Biokäse – selbst gemacht

»Ich muss die Milch fühlen, denn sie ist immer anders, das hängt zum Beispiel vom Wetter ab«, erklärt Barbara Zankl beim ersten Käse-Workshop am Dienstagmorgen in der kleinen Küche. Draußen scheint die Sonne, eigentlich feinstes Badewetter, aber acht neugierige Augenpaare schauen lieber zu, wie die Biobäuerin

cremigen Frischkäse zum Abtropfen aus der Molke nimmt. »Wer hilft mir?«, fragt sie in die Runde. Der 15jährige Kurt aus Wien, wie wir alle mit einer grauen Slow-Food-Schürze vor dem Bauch, lässt sich nicht zweimal bitten. Die Küche ist seins, daheim bekocht er die Familie.

Für den Frischkäse, oder Topfen, wie er in Österreich heißt, hat Barbara die Milch vom Tag zuvor leicht angesäuert, nach etwa einer Stunde ist der Topfen schnittfähig und dabei trotzdem feincremig. Die Molke? »Die bekommen die Schweine, wobei so mancher sie ja auch herrlich zum Baden findet«, erzählt sie schmunzelnd.

Während der Frischkäse weiter abtropft – später sollen die

Workshop-Teilnehmer noch selbst Hand anlegen und ihn verfeinern – ruft uns Gatte Hubert in den nächsten kleinen Raum der Biokäserei. Er steht am großen, über 100 Jahre alten Kupferkessel und will uns zeigen, wie er seinen Hartkäse macht. 250 Liter Milch sind im Kessel, für ein Kilo Käse benötigt er 12 Liter! Durch die Zugabe von Naturlab – von Kälbermägen – hat sich die Molke bereits abgesetzt. Den »Käse« schneidet er nun mit der Harfe. »Je mehr der geschnitten wird, umso mehr Flüssigkeit geht raus, das ist wichtig für die Herstellung von Hartkäse«, erklärt Hubert Zankl. Erst als die Stückchen nur noch erbsengroß sind, ist er zufrieden. Mit großen Tüchern holt er sie aus der Molke. Samt Tuch werden sie in einer Form, die so groß wie ein Käselaiab ist, gewuchtet, das Tuch drüber eingeschlagen – und dann gepresst, bis alle Molke draußen ist. Und der Käse anfangen kann zu reifen. »Ohne Wachs natürlich, so reift der Käse von außen nach innen, Wachs ist bei Slow Food verboten!«, betont der Käsemeister. Er ist auf dem Hof für die Herstellung von Hartkäse verantwortlich, seine Frau Barbara macht »CamemBerg« und Frischkäsespezialitäten.

Daran kann sich jetzt auch die Workshop-Runde versuchen. Die einen formen mit den Händen kleine Bällchen aus Frischkäse, rollen sie in getrockneten Kräutern oder Gewürzen und legen sie in Olivenöl ein. Andere versuchen sich am »Rollino«, dafür muss zunächst ein etwa 20 x 15 Zentimeter großes, flaches Käse-Rechteck geformt werden, um es dann mit Gewürzen bestreut aufzurollen – Barbaras Erfindung. Wir machen Frischkäse in der Schüssel mit gehackten Kürbiskernen und Kernöl an. Unsere Schätze dürfen wir später mitnehmen, zusammen mit weiteren Käseproben vom Zankl-Hof. Und nach der Mittagspause im idyllischen Garten der Familie am großen Tisch und mit allem, was sie produzieren.

Speck und Koschtalan

Hans Steinwender kenne ich schon von Terra Madre Salone del Gusto im Vorjahr. Wir treffen den Produzenten des EU-geschützten Gailtaler Specks, einer von 17 in der Region, im »Lerchenhof« in Hermagor. Das Familienschloss im Biedermeierstil hat eine lange Geschichte und beherbergt auch Hotelgäste. Im Restaurant kocht Sohn Johann auf, mit großem Erfolg. Wir lassen uns vom Papa über den dazugehörigen Hof führen, schauen uns Schweinestall und Selchkammer an und erfahren einiges über die traditionelle Herstellung von Speck. Hans Steinwender lebt für seinen Speck, und das keineswegs nur für den Gailtaler. Begeistert zeigt er uns seinen 10 Monate gereiften Heuspeck, seine Spezialität Weinspeck, der mindestens 12 Monate reifen muss, es aber auch sieben Jahre bis zur Vollendung in der Reifekammer aushalten kann. Klar, dass wir die verschiedenen Spezialitäten verkosten dürfen. Oh, ja, Fett kann so großartig schmecken! Eine Vorstellung, wie Steinwenders Workshop im Slow-Food-Travel-Programm aussieht, haben wir bekommen.

Nächste Station ist ein Besuch bei Gertrude Wastian in Weißbriach. »Grüne Koschtalan« oder »Verkosterli«, also kleine Köstlichkeiten, nennt die sympathische Kräuterexpertin ihr Fingerfood aus

KÄRNTNER KASNUDELN

Zutaten für den Nudelteig: 500 g Mehl, 1 TL Salz, 1 Ei, 1 EL Öl, etwa 100 ml lauwarmes Wasser.

Zutaten für die Füllung: 500 g mehligkochende Kartoffeln, 500 g trockener Topfen (Quark), 1 Zwiebel (wer mag, muss nicht sein), 50 g Butter, 1 TL Salz, 1 TL gehackte Minze, 1 TL gehacktes Kerbelkraut, 1 Msp. getr. Majoran.

- Für den Teig das Mehl, Salz, Ei, Öl und Wasser sorgfältig zu einem glatten, nicht zu festen Teig verkneten. Den Teig für ein paar Stunden im Kühlschrank ruhen lassen, besser noch über Nacht.
- Für die Füllung die Kartoffeln in der Schale kochen. Wenn sie gar sind, noch heiß pellen, sofort durch eine Kartoffelpresse geben oder mit einem Stampfer zu Püree verarbeiten. Mit dem Quark mischen. Die Kräuter zu der Quarkmischung geben und mit Salz abschmecken.
- Den Nudelteig teilen und jede Hälfte ausrollen. Aus der Füllung kleine Knödel formen und im Abstand von 5–6 cm auf eine Hälfte Nudelteig legen. Alles mit der zweiten Hälfte bedecken. Nun entweder mit einem Glas die Nudeltaschen ausstechen oder mit einem Kuchenradel rund ausschneiden. Die Ränder fest zusammendrücken, denn es darf kein Luftloch bleiben, sonst platzen die Nudeln beim Kochen.
- Aus den Teigresten dünne Schnüre formen. Die Ränder der Kasnudeln damit verzieren, indem man ein kleines Stück Teig auflegt, es verdreht und festdrückt, es wieder dreht und festdrückt, usw., so geht das berühmte Krendeln.
- Die fertigen Kasnudeln in Salzwasser etwa 10 Minuten kochen.
- Mit brauner Butter, Salbeibutter oder in der Pfanne zerlassenen Verhackertem (durch den Wolf gedrehtem, geräuchertem Speck) servieren.

der Natur. Wer bei ihr einen Workshop bucht, bekommt zunächst eine Führung durch den üppigen Garten vor der Haustür, um dann z.B. Kräuterbutter mit essbaren Blüten zu machen, oder ein Jahressalz anzusetzen. »Je nach Saison kommen verschiedene Kräuter, Blüten und natürlich Salz in das Glas«, erklärt sie stolz. Wir schnuppern hinein, ein toller Duft! Und schön sieht das Salz auch aus! Schmunzeln lässt uns beim Verabschieden ein Spruch an der Tür von Gertrude Wastian: »Trau keinem Ort, an dem kein Wildkraut wächst.«

Nimm dir a Schurz!

Am nächsten Morgen sind wir Gast in der Bäckerei Matitz in Kötschach-Mauthen, der ersten »Slow Food Bäckerei« Kärntens. »Das Umdenken kam vor eineinhalb Jahren«, erzählt Thomas Matitz. »Davor haben wir hier mit Fertigmischungen und viel Chemie gebacken, so wie es viele tun. Aber ich wollte wieder wie der Großvater backen, und es auch weitergeben!« Jetzt haben auch andere Bäcker der Region umgeschwenkt und backen wieder wie früher, mit mehr Zeit – und selbst angesetztem Sauerteig.





Mit dem weißen Landmais, den Sepp Brandstätter (li. unten) gerettet hat, wird im Gailtal heute wieder viel gebacken und gekocht: Thomas Matitz (li. oben) verwendet ihn in seiner Backstube für glutenfreies Brot, Sissy Sonnleitner (re.) kocht mit ihm z.B. feine Polenta.

Um zu verstehen, was er meint, lässt Matitz die Workshop-Teilnehmer an seinem Sauerteig und an einem industriellen riechen. »Für industrielles Brot, da wird der Sauerteig mit Essigsäure hergestellt, und das übersäuert auf Dauer den Körper!« erklärt er. Seine Backschüler – eine Mutter aus Düsseldorf mit drei Kindern, Kurt vom Käsemachen mit Eltern, ein Kärntner und wir, schon alle mit Schürze – ziehen ganz schnell ihre Nase weg vom industriellen Sauerteig. Nein, danke!

Für unsere Lehrstücke hat der Bäckermeister jedoch einen Hefeteig angesetzt, mit »Germ«, wie die Hefe in Österreich heißt. Wir formen kleine Baguettes, Kümmelstangen und Handsemmeln. Die sind schwierig: ein etwa 15 Zentimeter großer, runder Fladen wird zu einem Drittel eingeklappt, dann mit der Handkante mittig eingeschlagen, seitlich eingeklappt, wieder eingeschlagen, fünfmal insgesamt, der Restzipfel in die entstandene Lücke gesteckt. Die Gesellenprüfung würde mit unseren Ergebnissen wohl keiner bestehen.



Zum Schluss schleppen die Teilnehmer tütenweise Brote und Brötchen aus der Backstube, Urlauber mit Ferienwohnung sind für die nächste Woche versorgt.

Beim Maisretter und auf der Alm

Nachmittags besuchen wir mit Eckart Mandler, dem Leiter des »Slow Food Travel«-Projekts, Landwirt Sepp Brandstätter. Der kümmert sich um den weißen Landmais, eine alte Maissorte, die durch die Verdrängung mit ertragreicheren Hybridsorten fast ausgestorben war. Er baut die widerstandsfähige Sorte heute wieder an. Sein Haus mit an allen Balkonen zum Trocknen aufgehängten Maiskolben in Würmlach ist nicht zu übersehen, schön sieht das aus! »Für den Mais habe ich einen guten Job aufgegeben«, sagt er grinsend – und ohne Bedauern. Dann zeigt er uns, wie der getrocknete Mais vermahlen wird. Ganz fein wird er zu glutenfreiem Maismehl, etwas gröber zu Grieß, daraus lässt sich Polenta machen. Man merkt, Italien ist nicht weit, quasi gleich hinter dem Berg.



Danach fahren wir ganz hoch hinauf auf die Bischofsalm, einen der Senner besuchen, der den EU-geschützten Gailtaler Almkäse herstellt. Josef Warmuth ist gerade zum Melken unterwegs, wir treffen nur eine junge Frau aus Wien an, die hier ihre Auszeit von der Stadt nimmt und vorübergehend mitarbeitet. Sie hat viel zu tun – aber zwischendurch noch Zeit, uns eine Brotzeit zu machen. Der geschützte Käse muss natürlich probiert werden. Und ebenso der Räucherschotten, eine andere Käsespezialität hier im Gailtal. Was das ist? Ähnlich wie italienischer Ricotta, aber geräuchert! Wer hier einen Workshop bucht, lernt, wie Butter gemacht wird.

Blutroter Mohn

Schon im Voraus war uns die Fahrt ins Lesachtal augenzwinkernd als »slow« beschrieben worden. Am folgenden Tag verstehen wir, warum. Die Strecke ins hochgelegene »Tal der 100 Mühlen« ist so kurvenreich, dass es sich gar nicht schnell fahren lässt! Das Tal gehört zu den ursprünglichsten Landschaften in den Alpen, es gibt hier Wiesen, auf denen z.B. noch wilde Orchideen blühen und die deshalb nur alle zwei Jahre gemäht werden.

Erste Station ist der »Peintnerhof«, Gäste, die bei Andrea Unterwegger eine Ferienwohnung mieten, können sich auf ein »Slow Food Frühstück« mit Produkten aus der eigenen Landwirtschaft freuen.

Im nächsten Jahr will die engagierte junge Frau auch Workshops anbieten. Begeistert stellen sie und ihr Lebenspartner Georg Lexer uns das neue Projekt »Mohn im Lesachtal« vor. In früheren Zeiten gehörte zu jedem Hof der Region ein Mohnblumenacker, und zwar nicht mit Klatschmohn, wie er gern neben Kornblumen zwischen Getreide wächst, sondern mit Schlafmohn. Dem Mohn also, aus dessen frischen, grünen Kapseln die Opiummilch geritzt wird. Andrea will jedoch nur den Mohnsamen nutzen und ihn in der Küche verarbeiten. Georg dagegen hat vor, die Erinnerungskultur an Mohn wiederzubeleben. Der Grund: Mohn war im Ersten Weltkrieg ein Symbol des Blutes und des Schlafes – 100 Jahre später soll nochmal an die Kriegstoten erinnert werden, u.a. mit einem Mohnblumenfest.

Fünf von Hundert Mühlen

Einst waren es wirklich 100 Mühlen, die im Lesachtal klapperten, nach dem Zweiten Weltkrieg noch 55, bis bei einem verheerenden Hochwasser in den 1960er-Jahren fast alle Mühlen zerstört wurden. Dass fünf davon überlebten, ist Brigitte Lugger zu verdanken. Als Volksschullehrerin kam sie mit 19 Jahren nach Maria Luggau im Lesachtal und setzte sich gegen alle Widerstände für die Haltung der alten Wassermühlen ein. »Die wollte eigentlich keiner mehr haben, diese alten Mühlen«, erzählt sie uns und erklärt verschmitzt, »schon mal gar nicht, wenn so eine junge Zugereiste wie ich sich plötzlich als Kulturbeauftragte benahm!«

Die Mühlen werden heute noch genutzt, seit 1972 stehen sie unter Denkmalschutz. Und sie können besichtigt werden, für den kleinen Mühlenweg-Aufstieg braucht es aber ein wenig Puste. Hübsch auch das kleine Museum am Anfang des Weges mit altem

Handwerkszeug rund ums Mahlen und Backen. Aus dem heutzutage gemahlene Mehl – Biomehl! – backen die Bäuerinnen das traditionelle Lesachtaler Natursauerteigbrot. Brigitte Lugger ist eine von ihnen, sie ist hier geblieben, hat eine Familie gegründet und kümmert sich heute gern um ihre Enkel.

Morende und Heumilch

Mittagspause im Lesachtal? Das kann eigentlich nur Stärkung bei einer »Morende« bedeuten. So wird im Lesachtal das zweite Frühstück genannt, das aber durchaus auch mittags oder erst zwischen 14 und 16 Uhr stattfinden kann. Wir kehren in den Biergarten vom »Mühlenstüberl« in Liesing ein, haben eine tolle Aussicht und schnabulieren verschiedene Wurstsorten mit frisch geriebenem Kren, allerlei Käse und dazu das wirklich gute Natursauerteigbrot von hier.

Danach geht's hoch auf den Jörgishof von Familie Unterwegger. Hier entstehen Butter und Käse aus Bioheumilch. Neun Milchkühe machen's möglich – und ein Drei-Generationen-Team. Bei einem Kaffee erzählt uns Elfriede Unterwegger, worauf Teilnehmer eines Workshops sich freuen können: auf's Probieren der hier produzierten Käsesorten, auf's gemeinsame Buttern und Herstellen von Frischkäse und Mozzarella.

Bei den Sonnleitner-Ladies

Die Leichtigkeit der mediterranen Küche mit der Deftigkeit der Alpenküche zu verbinden, das macht Sissy Sonnleitners Alpen-Adria-Küche aus. Und die hat ihr in den letzten Jahrzehnten Hauben, einen Stern und viele weitere Auszeichnungen gebracht. Darüber will die weit über Kärnten hinaus bekannte Köchin aber gar nicht sprechen, als wir sie in ihrem »Landhaus« in Kötschach-Mauthen treffen.

Auf die Frage, was denn die Teilnehmer der Koch-Workshops, die sie zusammen mit Tochter Stefanie anbietet, lernen und kochen, antwortet sie lächelnd: »Die Küche der Zukunft!« Ein bisschen verdutzt sehe ich wohl aus, und sie erklärt weiter: »Eine fleischarme, zum Großteil pflanzenorientierte Küche, denn das ist doch die Zukunft! Dazu gehören Kärntner Kasnudeln und Schmarrn, das Verarbeiten vom weißen Landmais, z.B. in Brot und Polenta, und überhaupt allem, was es über unser Netzwerk gibt. Ob Honig vom Zwischenbrugger, Lesachtaler Lamm, Zankl-Käse oder geräucherten Ricotta.«

Der geräucherte Ricotta oder Räucherschotten, den wir am Vortag auf der Alm kennengelernt haben, verfeinert dann auch eine unserer Vorspeisen, das »Karnische Carpaccio affumicato mit Zuckermelone« auf einem kleinen Salat. Highlight unseres letzten Abendessens in Kärnten sind jedoch die »Rehtascherl mit Marillensauce«, ein Traum. Nur für die Sonnleitner-Marillenknoedel ist leider kein Platz mehr, mindestens ein Grund, ins Gailtal zurückzukehren. Selbstverständlich mit Abstecher ins Lesachtal. ●

Danke an Slow Food Travel, NLW Tourismus Marketing GmbH und Kärnten Travel für die liebevolle Begleitung und Unterstützung während der Reise.





ADRESSEN GAIL- UND LESACHTAL IN KÄRNTEN

Hotels und Pensionen, bei denen ein Slow Food Frühstück mit Produkten der Region angeboten wird, sind mit ** markiert.

Alle am Projekt Slow Food Travel Alpe Adria Kärnten teilnehmenden Betriebe auch unter
→ www.slowfood.travel/de

Workshops und Hotels sind dort direkt buchbar.

Vorwahl Österreich +43

ÜBERNACHTEN

- 1 Der Daberer ****
1A-Biohotel mit Wellness-Angeboten.
St. Daniel 32, A-9635, Dellach im Gailtal,
Tel 04718. 590,
→ www.biohotel-daberer.at
- 2 Gasthof Grünwald ****
Traditionsgasthof in 5. Generation von
Ingeborg & Gudrun Daberer.
St. Daniel 17, A-9635 Dellach (Gailtal),
Tel 04718. 677,
→ www.gruenwald.dellach.at
- 3 Sonnleitner ****
Landhaus-Restaurant-Genusswerkstatt der
Sternköchin Sissy Sonnleitner und Tochter
Stefanie.
Mauthen 24, A-9640 Kötschach-Mauthen
(Gailtal), Tel 04715. 26 90,
→ www.sissy-sonnleitner.at
- 4 Lerchenhof ****
Biedermeier Schlössl mit langer Historie
der Familie Steinwender. Reisepakete inkl.
Workshops buchbar.
Untermöschach 8, A-9620 Hermagor (Gailtal),
Tel 04282. 21 00,
→ www.lerchenhof.at
- 5 Plattners Alpenhotel**
Guter Ausgangspunkt für Sommer- wie
Winteraktivitäten am Nassfeld mitten im
Almgebiet auf 1 600 Meter Seehöhe.
Jeden ersten Samstag im Monat mit Work-
shop »Original Kärntner Frigga«.
Sonnenalpe 99, A-9620 Hermagor (Gailtal),
Tel 04285. 82 85,
→ www.plattner.at
- 6 Familienhotel Kreuzwirt**
Am schönen Weissensee liegt dieses familien-
freundliche Hotel. Mit zugehörigem Bauern-
hof fällt die Versorgung der Gäste mit selbst
produzierten Lebensmitteln nicht schwer.
Demnächst Slow-Food-Travel-Partner.
Kreuzberg 2, 9762 Weissensee (Gailtal),
Tel 04713. 22 06,
→ www.hotelkruzwirt.at
- 7 Hansbauerhof ****
Familie Schaar bietet in ihrem Hotel natur-
verbundenen Urlaub auf dem Bauernhof an.
Rattendorf 11, A-9631 Jenig (Gailtal),
Tel 04285. 50 40,
→ www.hansbauerhof.at

- 8 Hotel Restaurant Landhof Irschen**
Nördlich von Kötschach-Mauthen in schönster
Natur im Kräuterdorf Irschen. Regionale
Produkte auch hier selbstverständlich.
Stresweg 8, A-9773 Irschen (Gailtal),
Tel 04710. 20 04 80,
→ www.landhof-irschen.at
- 9 Alpenhotel Wanderniki ****
Gasthof, Ferienwohnungen, Appartements.
Obergail 3, A-9653 Liesing (Lesachtal),
Tel 04716. 29 49,
→ www.wanderniki.at
- 10 Peintnerhof ****
Auszeit nehmen im naturbelassensten Tal
Europas auf dem Biohof von Andrea Unter-
guggenberger.
Niedergail 3, A-9653 Liesing (Lesachtal)
Tel 04716. 273,
www.peintnerhof.at
- 11 Almwelness-Resort Tuffbad ****
Die »Lizenz zum Verwöhnen« nimmt das
schön gelegene Hotel für sich in Anspruch.
Hier wurden Szenen vom Bond-Film »Ein
Quantum Trost« gedreht.
Tuffbad 3, A-9654 St. Lorenzen (Lesachtal),
Tel 04716. 622,
→ www.almwellness.com
- 12 Jörgishof**
s. WORKSHOPS, Lesachtal
- 13 Das kleine Berghotel**
s. WORKSHOPS, Lesachtal

WORKSHOPS BEI PRODUZENTEN & HÄNDLERN, IN GASTHÄUSERN

- 14 Bäckerei Matitz**
In der Profibackstube zeigt Thomas Matitz
seinen Lehrlingen auf Zeit das Anrühren von
Sauerteig, das Formen von Handsemmeln,
Maisbaguette und mehr. Nach dem Backen
und Verkosten kann jeder einpacken so viel
er möchte.
Erwachsene 75 Euro, Kinder (10–15 Jahre)
37,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Kötschach-Mauthen 24,
A-9640 Kötschach-Mauthen, Tel 04715. 357.
- 3 Sonnleitner Genusswerkstatt**
Zur Spurensuche mit Kochlöffel laden die
Slow-Food-Köchinnen Sissy und Stefanie
Sonnleitner ein, zum Kochkurs mit besten,
regionalen Zutaten. Danach gemeinsamer
Genuss der Gerichte im romantischen
Ambiente des vielfach ausgezeichneten
Landhauses samt passender Weine.
Erwachsene 75 Euro, Kinder (10–15 Jahre)
37,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Treffpunkt s. ÜBERNACHTEN, Gailtal
- 15 Biermanufaktur Loncium**
Klaus Feistritzer und Alois Planner erzählen
die Geschichte ihrer Loncium-Craft-Biere,
informieren über die Rohstoffe und ihre
Herkunft sowie die Aromen von Craft Bieren.
Außerdem Führung durch die Biermanufaktur,
Verkostung und Bier zum Mitnehmen.
Erwachsene 25 Euro, Kinder (10–15 Jahre)
12,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Mauthen 60/1, A-9640 Kötschach-Mauthen
(Gailtal), Tel 0699. 121 368 94,
→ www.loncium.at
- 16 Edelgreißler Herwig Ertl**
Slow-Food-Produkte aus dem Lesachtal
und Gailtal am großen Tisch zum eigenen
Lieblingsgericht zusammenstellen.
Erwachsene 45 Euro, Kinder (10–15 Jahre)
22,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Kötschach 19, A-9640 Kötschach-Mauthen
(Gailtal), Tel 04715. 246,
→ www.herwig-ertl.at
- 17 Bauernhof Brandstätter**
Der Retter des Gailtaler Weißen Landmais' ist
Sepp Brandstätter. Worauf ist zu achten bei
Anbau und Ernte, wie löst man die Körner von
den Kolben, was lässt sich daraus zubereiten?
Eine Gailtaler Landmais-Jause!
Erwachsene ab 45 Euro, Kinder (10–15 Jahre)
ab 22,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Würlmloch 37, A-9640 Kötschach-Mauthen
(Gailtal), Tel 04715. 83 58,
→ www.landmais.com
- 18 Bischofalm**
Hoch oben auf der Alm Butter selber machen
bei den Biobauern Josef und Barbara War-
muth. Hier entsteht auch der EU-geschützte
Gailtaler Almkäse und rauchiger Schotten-
käse. Kurze Wanderung über die Bischofalm
zu den Kühen auf ihren Weideplätzen eben-
falls möglich.
Workshops erst wieder in 2018.
Bischofalm, A-9640 Kötschach-Mauthen,
Würlmloch 24 (Gailtal), Tel 04715. 319,
→ www.bischof-gailtal.at
- 19 Käsehof Familie Zankl**
Käseworkshop zur Bio-Käse-Herstellung und
Verkostung aller am Hof hergestellten Käse-
sorten beim Butterbrot-Frühstück im idylli-
schen Bauerngarten; Paket mit selbst gemach-
tem Bio-Käse-Paket und Rezepten zum
Mitnehmen.
Workshops erst wieder in 2018.
Stollwitz 3, A-9635 Dellach im Gailtal,
Tel 04718. 565,
→ www.urerlebnisse.at





- 20 Imker Herbert Zwischenbrugger**
Führung durch den Gailtaler Bienenlehrpfad, Verkostung von Blütenhonig und ein 500-Gramm-Glas Gailtaler Blütenhonig für den Heimweg.
Bienenlehrpfad Dellach, A-9635 Dellach (Gailtal), Tel 04718. 81 20,
→ www.imkerei-zwischenbrugger.at
- 21 Bauernhof Maar**
Lissy Neuwrith zeigt, wie Eis gemacht wird, Bauerneis! Wie soll das Verhältnis der einzelnen Rohstoffe zueinander sein? Welche Geräte braucht es daheim im Gegensatz zur Produktion auf dem Bauernhof? Selber rühren, verfeinern und probieren.
Erwachsene 35 Euro, Kinder (10–15 Jahre) 17,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Goderschach 3, A-9634 Gundersheim (Gailtal), Tel 04284. 54 52 oder 0664. 738 605 97,
→ www.kuhles-eis.at
- 22 Zerza-Bauer**
Erdäpfel-Workshop? Für Nicht-Österreicher geht's um Kartoffeln, sie frisch aus dem Acker ernten und verkosten. Heimo Oberauer liebt die Vielfalt und baut z.B. Agata und Violetta, Rote Emmalie, Angeliter Tannenzapfen und Linzer Blaue an.
Workshops erst wieder in 2018.
Treibdorf 11, A-9632 Kirchbach (Gailtal), Tel 0699. 12 38 77 91.
- 4 Lerchenhof**
Hans Steinwender ist einer von nur 17 zertifizierten Herstellern des echten, urursprungs-geschützten Gailtaler Specks. Zu seinem Workshop gehören die Hofführung vom Schweinestall zur Selchkammer, Infos über die traditionelle Herstellung des Specks und das »positive Fett im Schwein«, Verkostung von verschiedenen Speckspezialitäten.
Erwachsene 38 Euro, Kinder (10–15 Jahre) 19 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Treffpunkt s. ÜBERNACHTEN, Gailtal
- 23 Bauernhof Brodnig-Wastian**
»Grüne Koschtalan«, also kleine Köstlichkeiten nennt Kräuterexpertin Gertrude Wastian ihr Fingerfood aus der Natur. Den üppigen Garten für die Workshop-Zutaten hat sie vor der Haustür.
Erwachsene 35 Euro, Kinder (10–15 Jahre) 17,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Weißbriach 12, A-9622 Weißbriach (Gailtal), Tel 0650. 515 08 51.
- 2 Gasthof Grünwald**
Einen Kärntner Nudel-Workshop bieten Ingeborg & Gudrun Daberer an, mit Herstellung des Nudelteigs, Erlernen des Füllens und – wichtig! – des Krendelns. Kostproben zum Mitnehmen gibt's auch.
Erwachsene ab 45 Euro, Kinder (10–15 Jahre) ab 22,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Treffpunkt s. ÜBERNACHTEN, Gailtal
- 1 Der Daberer**
Ein Kräuterseminar mit Inge Daberer verspricht duftenden Gaumenkitzel aus dem Biogarten, zusammen sammeln und kochen in der neuen Kochwerkstatt des Hotels.
Erwachsene ab 45 Euro, Kinder (10–15 Jahre) ab 22,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Treffpunkt s. ÜBERNACHTEN, Gailtal
- 12 Jörgishof**
Familie Unterweger
Von der Bioheumilch zum Käse – 3 Stunden buttern und käsen nach Herzenslust mit der Bergbäuerin.
Erwachsene 45 Euro, Kinder (10–15 Jahre) 22,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Tscheltsch 5, A-9653 Tscheltsch (Lesachtal), Tel 04716. 22 89 93,
→ www.joergishof.info
- 24 Mühlenverein Maria Luggau**
Familie Luggar
Im Tal der 100 Mühlen das Lesachtaler Korn vom Ährenschnitten bis zum Mahlen begleiten; außerdem Besuch der Basilika.
Erwachsene 28 Euro, Kinder (10–15 Jahre) 14 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
Maria Luggau 15, A-9655 Maria Luggau (Lesachtal),
→ www.lesachtalerbrot.wordpress.com/tag/kultur-und-muhlenverein-maria-luggau
- 9 Alpenhotel Wanderniki**
Mit Rosa Lanner mischen, kneten, wärzen und das eigene Original Lesachtaler Brot backen.
Erwachsene 69 Euro, Kinder (10–15 Jahre) 34,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.
s. ÜBERNACHTEN (Lesachtal)



13 Das kleine Berghotel

Mit Kräuterkundlerin Sandra Egarter Lesachtaler Naturkräuter sammeln, verkosten und eine Suppe kochen.

Erwachsene 35 Euro, Kinder (10–15 Jahre) 17,50 Euro, Kinder unter 10 Jahre gratis.

Klebas 7, A-9653 Liesing (Lesachtal), Tel 04716. 265 / 0664. 641 56 33, → www.berghotel-lesachtal.at

25 Bienenzuchtverein Lesachtal

Besuch des Lesachtaler Bienenlehrpfads mit Othmar Oberluggauer und »Live-Blick« in die Bienenstöcke – Entstehung von Wachs, Waben, Honig und Propolis. Honigverkostung und ein großes Glas Lesachtaler Bienenhonig für den Heimweg.

Workshops erst wieder in 2018.

Maria Luggau 72, A-9655 Maria Luggau (Lesachtal), Tel 0664. 113 60 98,

→ www.imkerei-oberluggauer.at

ESSEN & TRINKEN

2 Gasthof Grünwald

Regionale Kärntner Küche, Ingeborg Daberer verarbeitet ausschließlich Produkte aus heimischer Erzeugung. Jeden Oktober »Nudl Kudl Mudl« mit vielen verschiedenen Nudelvariationen.

Geöffnet 8–24 Uhr, durchgehend warme Küche, Ruhetag Di (nicht Weihnachts- und Sommerferien).

s. ÜBERNACHTEN, Gaital

4 Lerchenhof

Johann Steinwender Junior kocht im Schloss-Restaurant, das zu den besten in Kärnten gehört. Mitglied bei den »Kärntner Aufkochern«, Veredlern heimischer Produkte, www.aufkocher.at. Slow-Food-Frühstück auch für Gäste, die nicht im Hotel wohnen. Küche täglich geöffnet 12–14 und 17.30–21 Uhr Juli bis September und Januar bis März; Ruhetag andere Monate Mo. s. ÜBERNACHTEN, Gaital

26 Bärenwirt

Die beiden jungen Wirtsleute Claudia und Manuel Ressi leben überzeugt Slow-Food-Gastronomie und werden 2018 auch eigene Workshops rund um das Thema »Einkochen« machen. Geöffnet Di 17–24 Uhr, Mi bis Sa 10–24 Uhr, So 10–16 Uhr; warme Küche 11.30–14 und 17–21 Uhr; Ruhetag Mo.

Hauptstr. 17, A-9620 Hermagor (Gaital), Tel 0664. 75 11 39 35,

→ www.baerenwirt.info

5 Plattners Alpenhotel

Hausgemachter Kaiserschmarrn und Plattners Gröstl, der Hausherr Hans Plattner bietet einiges nach Slow Food Kriterien an.

Geöffnet 10-23 Uhr, warme Küche 11.30-20 Uhr.

s. ÜBERNACHTEN, Gaital

8 Restaurant Landhof Irschen

Landhofküche mit frischen, regionalen und saisonalen Zutaten, möglichst direkt vom Bauern nebenan.

Warme Küche Di bis So 18-21 Uhr, (Mai bis September).

So und feiertags 11.30-14 Uhr, Ruhetage Mo (Mai bis Sept., Dez. bis Mitte Jan.), Di (April, Okt.).

s. ÜBERNACHTEN, Gaital

27 Zollnersee-Hütte

Wunderschöne Almwirtschaft hoch über dem Gaital; die Hüttenwirte Maria und Toni Taurer bieten selbstgemachte Speisen mit regionalen Zutaten, auch ein Slow Food-Frühstück, an.

Am Zollner 14, A-9635 Dellach (Gaital), Tel 0676. 960 22 09,

→ zollnerseehueette.oeav-obergaital.at

28 Hofschänke Mühlenstüberl

Genussplatz mit toller Aussicht von Familie Windbichler, hier gibt's die fürs Lesachtal typische Morende, das kann eine Brettljause mit Produkten vom Bauern oder auch ein Teller mit süßen Krapfen sein.

Geöffnet ab Muttertag bis Anfang Oktober 10.30–22 Uhr, warme Küche 12–20 Uhr; Ruhetag Mo (Juli/ August durchgehend geöffnet). Obergail 31, A-9653 Liesing (Lesachtal), Tel 04716. 200 53, 0660. 395 05 59,

→ www.muehlenstueberl.at

EINKAUFEN

29 St. Danieler G'schäft

Schmucker »Greislerladen« in St. Daniel, in dem Feines von den Bauern der Umgebung verkauft wird; z.B. Biokäse, auch Gaitaler Almkäse, Bienen-Honig, handgemachte Nudeln Säfte, frisches Gemüse, Wurst und Speck, Spirituosen aus der St. Danieler Edelbrennerei.

St. Daniel Nr. 53, A-9635 Dellach im Gaital, Tel 04718. 88 57.

30 Lesachtaler Bauernladen

Lesachtaler Bauernbrot, hausgemachte Marmeladen und Säfte, Honig, Edelbrände, Lammprodukte, verschiedene Käsesorten, Korb und Strickwaren, Holzschnitzereien, Wachprodukte, Töpfereien, Filzarbeiten und handgemachte Souvenirs.

Maria Luggau 15, A-9655 Maria Luggau, Tel 04716. 484, geöffnet Mai bis Oktober.

31 Bauernmarkt Hermagor

Kärntner Genussmarkt vor dem Rathaus, Juli bis September jeden Samstag von 9–12 Uhr, Oktober bis Juni 14-tägig am 1. und 3. Samstag.

Wulfeniaplatz, A-9620 Hermagor (Gaital).

32 Gemüsefarm

Gemüsepower von Norbert Kollmitzer und Marion Rainer.

Öffnungszeiten Mo bis Fr 9–12.30 und 15–18 Uhr, Sa 9–12.30 Uhr (ohne Gewähr), Würmlach, A- 9640 Kötschach-Mauthen (Gaital)

IN DER UMGEBUNG

33 Kräuterdorf Irschen

Alles dreht sich hier schon seit vielen Jahren um Kräuter, den Sommer über gibt's Veranstaltungen und Workshops zum Thema, jedes Jahr Anfang Juli ein Kräuterdorf.

→ www.krauterdorf.at

TOURISMUS & FREIZEIT

Alles rund um Urlaub in Kärnten

→ www.kaernten.at

NLW Tourismus

N steht für Nassfeld, L für Lesachtal, W für den Weissensee

→ www.nlw.at

Gail- und Lesachtal

Mehr Ausflugsziele in der Slow Food Travel Region

→ www.oberkaernten.info/gaital

Megadive Riesenschaukel

Auf der Bundesstraße ins Lesachtal und einzigartig in Europa: Riesenschaukel für den großen Swing, montiert an der 70 Meter hohen Brücke in Podlanig.

→ www.fitundfun-outdoor.com/sommer/megadive

FESTE & MÄRKTE

Gaitaler Speckfest

In Hermagor dreht sich immer an einem der ersten Juni-Wochenenden alles um den EU-geschützten Gaitaler Speck.

→ www.speckfest.at

Honigfest

Einplanen für Mitte August: das süße Fest in Hermagor mit vielen Spezialitäten für Naschkatzen.

→ www.honigfest.at

Käsefestival

In Kötschach-Mauthen jedes Jahr Ende September, gerade vorbei, Ausgabe Nummer 22.

→ www.kaese-festival.at

Lesachtaler Dorf- und Brotfest

Das jährliche Fest im September rund um das tägliche Brot auf dem Dorfplatz, mit Schaubrotbacken.

→ www.dorfundbrotfest.at