

## Die weltweit erste Slow Food Travel-Destination in Kärnten



Die Produktion von qualitativ hochwertigen Lebensmitteln von Beginn an mitverfolgen und selbst mit anpacken? Erleben, wie knusprig köstliches Brot und Gebäck, cremig leichtes Eis oder vollmundiger Honig hergestellt werden? Wo man die besten Kräuter findet oder wie man einen herzhaften Käse produziert? All das ist in Kärnten, der ersten Slow Food Travel-Region der Welt, möglich. Hier, im Gail-, Gitsch- und Lesachtal, wird dem Produkt Zeit gegeben und sorgsam mit der Natur und ihren wertvollen Ressourcen umgegangen. Einige der Menschen, die hinter den qualitativ hochwertigen Produkten stecken, stellen wir im Folgenden vor. Darüber hinaus warten noch viele weitere interessante Persönlichkeiten in den südwestlichen Tälern Kärntens darauf, ihre Geschichte zu erzählen: Vom Lesachtaler Mehl-Hersteller, über den Bauern, der auf glutenfreien Landmais setzt, bis hin zum Betreiber einer Biermanufaktur...



### Der Lesachtaler Schlafmohn – Blühende Träume

Sie ist eine uralte Kulturpflanze und ein Überlebenskünstler. Doch nur in naturbelassener Umgebung entwickelt der Lesachtaler Schlafmohn genau jene Qualitäten und Wirkstoffe, die dem stressgeplagten Menschen gesunde Ruhe und Entspannung bringen. Bio-Bäuerin Andrea Unterguggenberger nimmt sich auf ihrem Peintnerhof im Herzen des Lesachtals der Pflanze mit den wunderschönen Blüten an. Da wird gemeinsam mit den Gästen je nach Jahreszeit gesät und erklärt, werden die Samen aus den Kapseln geerntet, gemahlen und auch verarbeitet – zu feinen Köstlichkeiten etwa und zu Öl. Mit dabei: Präventivmediziner Dr. Georg Leher, der die gesundheitsfördernden Effekte des Mohns und seine Anwendung in der integrativen Medizin erläutert. Wer auf den Peintnerhof kommt, der kann sich auf eine Portion köstliche Praxis, ein wenig spannende Theorie und ein beeindruckendes Blütenmeer freuen – vor allem beim jährlichen Mohnfest, diesmal am 29. Juli 2018. [www.peintnerhof.at](http://www.peintnerhof.at)



### Sommer im Glas: Einkochen und Einlegen mit Manuel Ressi

Er ist ein echter Gailtaler, und er liebt die Produkte seiner Heimat. Seit einigen Jahren ist der Spitzenkoch Manuel Ressi nach Hause zurückgekehrt und betreibt – gemeinsam mit seiner Frau Claudia – nun mit dem Bärenwirt in Hermagor eine Anlaufstelle in Sachen guter Geschmack und regionale Zutaten. Vieles davon kommt aus dem eigenen Garten und wird von den Ressis mit viel Liebe und Expertise schonend haltbar gemacht: Denn getrocknet, gedörnt, eingemacht oder angesetzt lässt sich der sommerliche Reichtum an Früchten, Gemüse und Kräutern das ganze Jahr über genießen. Wie das geht, zeigen die beiden nun in ihrer Schauküche interessierten Gästen bei einem außergewöhnlichen Kurs rund ums Haltbarmachen von Obst und Gemüse. Dazu gibt's viel zu verkosten, auszuprobieren und passende Tipps und Tricks aus dem Erfahrungsschatz der beiden Gastronomen. Übrigens: Der Bärenwirt wurde von Gault Millau als „Wirtshaus des Jahres 2018“ ausgezeichnet. [www.baerenwirt.info](http://www.baerenwirt.info)



### Kinderleichte Meisterküche

Monika und Franz Aigner nehmen es mit dem Essen genau. Damit, wo es herkommt, wie es verarbeitet wird und dass es dann auch wirklich gut schmeckt. In ihrem Familienhotel Kreuzwirt am Weissensee werden nun auch die kleinen Gäste zu echten Küchenchefs. Weil die Aigners wissen, dass man nie zu jung ist, um ein Feinschmecker zu sein, und dass man die berühmten „Geschmäcker der Kindheit“ eben auch als Kind erleben sollte, gehen sie auf die Suche nach Nachwuchstalenten für die Küche. In Gruppen von höchstens fünf Kindern geht es erstmal in den Bio-Garten, zu allerlei Kräutern und Gemüsen. In der Küche wird dann nach Anleitung und mit viel Spaß gerührt, geknetet, gemischt und gezupft. Auf dem Menüplan steht Traditionelles wie Brot und original Kärntner Reindling, aber auch Frisches wie Fruchtsäfte und Salate oder Lieblingspeisen wie Apfeltaschen oder Obstpizza. Gut aufpassen und abschmecken ist Pflicht, denn schließlich wird alles gemeinsam verkostet. [www.hotelkreuzwirt.at](http://www.hotelkreuzwirt.at)



### Lesachtaler Brotbacken im Almwelness-Resort Tuffbad

Es sind der Sauerteig und dazu die Extraportion Zeit, die dem Brot und dem Menschen guttun. Wie nach alter Tradition im Lesachtal Getreide angebaut, geerntet, gemahlen und zu knusprigem Brot verarbeitet wurde, davon erzählt Bio-Bäuerin Theresia Lugger immer freitags den Gästen der Familie Oberluggauer im Almwelness-Resort Tuffbad. Dann heißt es auch für die Zuhörer Ärmel aufkrepeln, denn aus dem feinen Lesachtaler Korn und selbst angesetztem Sauerteig wird Teig geknetet und werden schöne Laibe geformt, mit den seit Urzeiten überlieferten Brotstempeln versehen und im Steinofen zu duftenden Schätzen gebacken. Die sind sehr bekömmlich und halten lange. Oder auch nicht, wie bei der anschließenden Verkostungsjause mit frischer Bauernbutter und, je nach Jahreszeit, etwa frischem Bärlauch aus dem naturbelassensten Tal Österreichs. [www.almwelness.com](http://www.almwelness.com)

#### Informationen auf einen Blick:

- Seit Januar 2015: enge Zusammenarbeit des Gail- und Lesachtals sowie des Gitschtals mit Slow Food International in Bra (Italien), Erstellung eines Handbuchs mit Leitlinien für die Umsetzung der Qualitätskriterien und Anforderungen an die Slow Food Travel-Partner
- Ab Sommer 2018: Mit Elektrorollern und E-Bikes zu den Slow Food Travel-Produzenten
- Brot- & Morendenweg im Lesachtal entlang des Steineckenalmrundweges
- Seit 2018 gibt es 25 Mitmacherlebnisse im Lesach- und Gailtal, im Gitschtal und am Weissensee

#### Auszeichnungen:

- PRIMUS-Wirtschaftspreis 2017 der KLEINEN ZEITUNG (A), bestes Tourismusprojekt 2017 in Kärnten
- Österreichischer Staatspreis 2017 für Marketing, Kat. Kleinunternehmen