

LUST *auf's* LAND

Saftiger Unterschied

Wer gerne Apfelsaft trinkt, sollte beim Einkauf einige wichtige Punkte beachten: Herkunft, Herstellung, Geschmack und Preis unterscheiden sich bei verschiedenen Säften wesentlich.

SEITE 2

Ausgabe V/2020 | Redaktion: Tel. 0 732/77 66 41-827, redaktion@lustaufsland.at
Anzeigen: Tel. 0 732/77 66 41, post@lustaufsland.at | Vertrieb: Tel. 0732/77 66 41-816 | www.lustaufsland.at

ERNÄHRUNG

Rindfleisch

Steaks aus Übersee gelten als Delikatesse – bis man die Haltungsform kennt. SEITE 4

MACHEREI

Sojabohne

Wie heimische Bauern die eiweißreiche Hülsenfrucht produzieren. SEITE 6

GARTEN

Herbstarbeiten

Bevor der Winter kommt, gibt es im Garten noch viel zu erledigen. SEITE 18

KINDER

Konzentration

Vom „Zappelphilipp“ zu ADHS: Wer nicht aufpassen kann, braucht Hilfe. SEITE 22

GENAU GESCHAUT

Saft schmeckt direkt gut

Apfelsaft kann entweder als Direktsaft oder aus Konzentrat hergestellt werden. Lust aufs Land hat sich auf Spurensuche begeben und verschiedene Produkte verkostet. Fazit: Es gibt saftige Unterschiede.

THOMAS MURSCH-EDLMAYR

Apfelsaft wird überwiegend aus Konzentrat erzeugt. Man kann Apfelsaft aber auch klassisch direkt aus Äpfeln herstellen – das wäre der natürliche Prozess“, erklärt Johann Steiner, Experte der Landwirtschaftskammer Oberösterreich für die Produktion von Saft und Most. Die ersten Schritte bei der Saftherstellung sind immer gleich: Obst klauben, waschen, verlesen und pressen. Dann scheiden sich die Wege bzw. die Geister.

Direktsaft ist die Spitze der Qualität

Beim Direktsaft wird der frisch gepresste Saft pasteurisiert und naturtrüb abgefüllt. Wird direkt gepresster Saft filtriert, ist er klar. Für Apfelsaft aus Konzentrat wird der gepresste Saft auf etwa ein Sechstel seines ursprünglichen Volumens einreduziert. Nachdem ihm unter Vakuumbedingungen Aroma und Wasser entzogen wurden, entsteht ein Sirup. Für die Lagerung bzw. den Transport kommen Konzentrat und Aroma voneinander getrennt in Tanks. Bei der Apfelsaftherstellung wird das Konzentrat mit Wasser aufgemischt und die Aromen werden zugesetzt. Auch dieser Saft wird durch Pasteurisieren haltbar gemacht. Doch worin unterscheiden sich nun die Säfte dieser beiden Herstellungsverfahren? In erster Linie im Geruch und Geschmack. „Je weniger Verarbeitungsschritte desto mehr kann man vom fruchteigenen Aroma mitneh-

men. Ein guter Apfelsaft sollte im Idealfall auch nach Äpfeln schmecken. Wenn er sauber verarbeitet ist, erkennt man sogar die darin verarbeiteten Sorten“, erklärt Steiner. Ziel sei es den Geruch und Geschmack des Apfels in die Flasche zu bringen. „Die Spitze der Qualität ist Direktsaft“, so der Experte. Hier gibt es eine weitaus größere Vielfalt, während Konzentrate für den europäischen Markt geschmacklich standardisiert aufbereitet werden. Hierfür wird ein bestimmter Wert für das Zucker-Säure-Verhältnis herangezogen, welches von Konsumenten als harmonisch wahrgenommen wird. „Apfelsaftkonzentrat wird in der Regel billigst importiert. Zu diesem Preis kann man bei uns Obst nicht einmal verarbeiten“, erklärt Steiner. Doch dazu später mehr.

Rohstoff ist für Qualität entscheidend

Bei Direktsäften gibt es kaum Unterschiede im Produktionsverfahren. „Entscheidend ist nicht die Technik, sondern der eingesetzte Rohstoff. Daraus ergeben sich auch die Qualitätsunterschiede“, betont der Experte, der selbst einen landwirtschaftlichen Betrieb bewirtschaftet und Säfte sowie Most erzeugt. Er sieht darin eine tolle Möglichkeit Früchte haltbar zu machen und erklärt, wie man qualitativ hochwertigen Apfelsaft herstellt: „Die

WISSENSWERT

Konzentrat: Die Früchte werden im Anbauland geerntet, Aroma und Wasser entzogen und im Verbrauchsland zurückverdünnt. Dadurch gehen Nährstoffe verloren.

Direktsaft: Ernte zur besten Reifezeit, gleich nach dem Pressen abgefüllt. Fruchtaroma, natürliche Süße, Vitamine und die so wichtigen sekundären Pflanzenstoffe bleiben voll erhalten.

Das Angebot ist riesig. Mehr als 300 bäuerliche Betriebe erzeugen in Oberösterreich Direktsaft. Von rensortigen Äpfeln bis zu fantasiereichen Mischsäften.

„Apfelsaftkonzentrat wird billigst importiert. Zu diesem Preis kann man bei uns Obst nicht einmal verarbeiten.“

JOHANN STEINER

Äpfel sollen bei der Ernte in der Genussreife sein.“

Streuobstsorten werden speziell gezüchtet und selektiert und weisen damit den für die Verarbeitung notwendigen hohen Säuregehalt aus. Alte Mostobstsorten werden von Natur aus klar, wenn man ihnen die Möglichkeit zum Absetzen gibt. Von vielen alten Sorten lasse sich daher nur schwer naturtrüber Apfelsaft herstellen. „In den Köpfen der Menschen ist ver-



FOTO: MAHEY-STOCK.ADOBE.COM

sium enthält Apfelsaft vor allem viel (Frucht-)Zucker. Daher sollte man ihn am besten gespritzt trinken. „Apfelsaft wird primär für den Genuss getrunken. Ein sehr guter Apfelsaft schmeckt auch stark verdünnt geschmacklich noch immer sehr intensiv“, klärt der Profi auf. Die Auslobung „Kein Zucker zugesetzt“ sei jedoch ein klassischer Werbeschmah, da Apfelsaft ohnehin nicht „aufgezuckert“ werden darf. Bei der Herstellung dürfen Zitronensäure (zur Säurekorrektur) und Ascorbinsäure (als Antioxidationsmittel) verwendet werden, diese sind jedoch zu deklarieren. Es gibt aber auch Zusatzstoffe (z. B.

ankert, dass naturtrüber Saft hochwertiger ist als klarer. Das stimmt so nicht, denn man kann auch aus Konzentrat einen naturtrüben Apfelsaft herstellen, indem man Apfelpüree beimengt“, so Steiner. Die Saftausbeute beträgt bei Äpfeln circa 75 Prozent. Es ist alles drinnen, was auch vorher Bestandteil des Apfels war, ausgenommen die Feststoffe, die beim Pressen wegfallen. Neben sekundären Pflanzenstoffen, Vitaminen, Kalzium, Kalium und Magne-

Schönungsmittel), die nicht deklarationspflichtig sind, weil sie nicht im fertigen Saft verbleiben.

Generell gebe es einen Trend hin zu reinsortigen Säften: „Das ist eine Nische für Kleinerzeuger, in der sie sich positionieren können. Sie können hier mit einer unglaublichen Vielfalt punkten.“ Frei nach dem Motto: Wer etwas Besonderes sucht, kauft beim bäuerlichen Direktvermarkter.

Der Apfel ist zudem ein Musterbeispiel für Kreislaufwirtschaft, denn der überbleibende Trester ist kein Abfall, sondern ein hochwertiges Produkt. Er wird unter anderem zur Pektinergewinnung sowie für die Nutz- und Wildtierfütterung verwendet. Apfeltrester kann auch getrocknet, vermahlen und zum Backen verwendet werden.

Pressobst: Nur Bruchteil stammt aus Österreich

Für einen Liter Saft braucht man circa 1,3 Kilo Äpfel. Pro Kopf konsumieren Österreicher jedes Jahr circa sieben Liter Apfelsaft. Die Konsumenten können aus einem großen Spektrum wählen. Woher die darin verarbeiteten Äpfel kommen, ist für sie in den meisten Fällen jedoch nicht erkennbar. Lust aufs Land hat daher wieder einmal „genau geschaut“.

„Wo immer es möglich ist, setzen wir als Partner der österreichischen Landwirtschaft auf regionale und saisonale Rohstoffe. Da aber leider nicht alle Rohstoffe das ganze Jahr über in ausreichender und der für die Weiterverarbeitung notwendigen Qualität verfügbar sind, muss laufend importiert werden“, erklärt Katharina Koßdorff, Geschäftsführerin des Fachverbands der Lebensmittelindustrie. Wie die Versorgungsbilanz der Statistik Austria zeigt, ist das auch bei Äpfeln für die Weiterverarbeitung der Fall. Nur zehn bis 15 Prozent des hierzulande verarbeiteten Pressobstes stammen aus Österreich. „Wir haben zu wenig von den billigen Äpfeln“, weiß auch Steiner.

Sowohl Äpfel als auch Konzentrate werden global gehandelt, da Qualitäten, Mengen und Preise von den weltweiten Ernten abhängen und entsprechend schwanken. EU-weit sind Polen und Ungarn die größten Apfelproduzenten – beide mit extrem steigender Tendenz. Weltweit hat China die Nase vorne. Das Reich der Mitte hätte die Verarbeitungskapazität, um den Weltbedarf an Apfelsaftkonzentrat zu decken. „Bei Apfelsaftkonzentrat kann man jedenfalls davon ausgehen, dass die darin verarbeiteten Äpfel aus dem Ausland stammen“, so Saftexperte Steiner.

Kosterei: Apfelsaft im Test

Lust aufs Land hat eine Jury von sieben Personen aus dem Lebensmittelbereich zur anonymen Verkostung gebeten. Dabei wurden Unterschiede verschiedener Apfelsäfte nach Optik, Geruch, Geschmack sowie Harmonie subjektiv beurteilt. Die Auswahl wurde zufällig aus dem Angebot gängiger Produkte getroffen. Es

wurde keine Aktionsware gekauft. Das durchschnittliche Ergebnis sowie der Preis wurden für jede Apfelsaftsorte unten bildlich wiedergegeben. Auf den ersten drei Plätzen liegen Säfte von bäuerlichen Produzenten. Generell haben Direktsäfte besser abgeschnitten als Säfte, die aus Konzentrat hergestellt wurden.

	Hofbauer Direktsaft naturtrüb	Apfelino Direktsaft klar	Pankraz- hofer Direktsaft klar	Spar natur pur Direktsaft naturtrüb	Rauch Happy Day Direktsaft naturtrüb	Pfanner Konzentrat klar	Clever Konzentrat klar
Aussehen Höchstpunkte 3	●●●	●●●	●●●	●●●	●●●	●●●	●●●
Geruch Höchstpunkte 5	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●
Geschmack Höchstpunkte 7	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●	●●●●●●●
Harmonie Höchstpunkte 5	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●
Preis pro Liter	EUR 3,70	EUR 2,89	EUR 2,00	EUR 1,99	EUR 1,99	EUR 1,69	EUR 0,89

Zum Glück gib'ts hier **GUSTINO**

Stammt von **AMA GÜTESIEGEL** Bauernhöfen

1 BESTES SCHWEINEFLISCH

JETZT AUCH ONLINE!
www.gustino.kaufen

Das beste **Schweinefleisch** Österreichs! www.gustino.at

Wo gib'ts GUSTINO Schweinefleisch?

OÖ: Fleischer-Fachgeschäfte: **Amstler** - Windhaag, **Bitter** - Aigen/Mk., **Fechter** - Reichraming, **Freichtinger** - Schärding, St. Florian, Freinberg, Ried im Innkreis und Münzkirchen, **Hackl** - Linz, **Hörlsberger** - Urfahr, **Kitzmüller** - Hellmonsödt, **Leibetseder** - Rohrbach, **Pachinger** - Arbing, **Pöpll** - Andorf, **Strasser** - Bad Schallerbach, **Strasser** - Sattledt, **Strasser Markt** Perg und Naarn, **Wegschaidler** - Linz, Steyregg, Mauthausen und Traun, **Gosau** - Gosauer Speiserei;

Lebensmittelhandel Selbstbedienungstheke: Pro Kaufland Urfahr

Eurospar, Interspar, Maximarkt: TANN SCHAUT drauf - Für mehr Tierwohl

Lidl: Gemeinsam Verantwortung tragen Voralpenlandschwein - Für mehr Tierwohl

Foto: W&V

Auf in das Grillvergnügen

Grillen ist nicht nur ein Genuss für die Sinne, sondern auch ein gesellschaftliches Vergnügen der besonderen Art, das



Eine echte Gaumenfreude

von Jahr zu Jahr immer mehr Freunde findet. Gustino Schweinefleisch aus dem Genussland Oberösterreich mit Ursprungsgarantie und bester „Fleischbeschaffenheit“ sollte möglichst frisch und nicht zu mager sein. Man sollte sich deshalb für durchwachsene Edelstücke entscheiden, die ein leichtes Speckcranderl aufweisen. Wenn man nach dem Grillen bei reduzierter Hitze die Gustino-Edelstücke etwas rasten lässt, ist ein saftiger und herzhafter Geschmack garantiert. WERBUNG

IMPRESSUM: Lust aufs Land: Haushaltsausgabe V/2020 der Bauernzeitung OÖ | Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: AGRO Werbung GmbH, Harrachstraße 12, 4010 Linz. In Kooperation mit Prologo-Werbeagentur, 6021 Innsbruck | Redaktion: Harrachstraße 12, 4010 Linz, Tel. 0 732/77 66 41 (DW 827), Fax 0 732/78 40 67, E-Mail: redaktion@lustaufslan.at; Internet: www.lustaufslan.at; Redaktionsleitung: Thomas Mursch-Edlmayr (DW 829), Redaktion: Gabi Cacha (DW 842), Elisabeth Hasl (DW 828); Grafik: Lydia Fleischanderl (DW 826), Kerstin Jank, MA (DW 831), Susanne Lechthaler (DW 827), Ivana Zivkovic (DW 823) | Vertrieb: Tel. 0 732/77 66 41-816, E-Mail: vertreib@lustaufslan.at | Verwaltung und Inserate: AGRO Werbung GmbH, Harrachstraße 12, 4010 Linz, Tel. 0 732/77 66 41, Fax 0 732/78 40 67, E-Mail: post@lustaufslan.at; Geschäftsführung/Agenturleitung: Franz König. Entgeltliche Einschaltungen sind gemäß Mediengesetz mit „Anzeige“ gekennzeichnet. Unentgeltliche PR-Artikel mit „Werbung“. | Druck (Herstellungsort): Druck Styria GmbH & Co KG, Styriastraße 20, 8042 Graz | Verlagsort: 4020 Linz. „Lust aufs Land“ ist eine Gratiszeitung an 490.000 Haushalte in OÖ. Erscheinungsdatum: 8. September 2020. Verteilt durch Post AG.

ERNÄHRUNG

Mu(h)tmaßlicher Leckerbissen

Die Herkunft ist für viele Konsumenten Indikator für guten Geschmack. Doch das hochgelobte Steak aus Übersee kann einem auch schnell im Magen liegen – insbesondere wenn man die Haltungsbedingungen hinterfragt.

ELISABETH HASL

Feedlot – übersetzt Fressplatz im Freien – klingt harmlos, sogar ein bisschen idyllisch, ist es aber nicht. Denn mit dem englischen Begriff wird eine intensive Rinder-Haltungsform beschrieben, bei der Tierwohl ganz weit hinten rangiert. Im Grunde handelt es sich dabei um groß angelegte Viehgatter unter freiem Himmel, in denen zigtausende Rinder ohne Weidezugang gemästet werden. Ziel sind rasche Tageszunahmen und die Bildung intramuskulären Fettes (Marmorierung). Erreicht wird das durch spezielle Kraftfütterationen, die den Tieren manchmal sogar angewärmt kredenzt werden, damit sie möglichst wenig Energie beim Fressen verbrauchen. „Im

Durchschnitt nehmen die Tiere pro Tag 1400 Gramm zu. Die Spitzenwerte liegen aber bei über zwei Kilo“, erklärt Rudolf Grabner, Rindfleischreferent der Landwirtschaftskammer. Artgerecht ist diese hauptsächlich aus Soja und Mais bestehende Futtermittelration jedoch nicht. Nachdem die Rinderverdauung eigentlich auf Heu und Gras ausgelegt ist, würden die hohen Kraftfuttermengen eine Übersäuerung im Pansen, dem Vormagen der Wiederkäuer, verursachen. „Damit die Rinder das aushalten, werden ihnen vorsorglich Medikamente, sogenannte Pansenschoner verabreicht“, erläutert Grabner.

Wenig schön sind auch die Lebensbedingungen der Rinder. Zwar sind die Tiere an der frischen Luft und können sich ungehindert bewegen, dafür liegen sie oft ein halbes Jahr „im eigenen Dreck“. Denn der Boden unter ihren Füßen ist ein Gemenge aus Erde, Kot und Urin. Auch die Argumentation, dass die Masttiere nur den letzten Lebensabschnitt dort verbringen,

Das Endprodukt mag toll aussehen. Die Lebensumstände der Rinder sind es definitiv nicht.

nachdem sie zuvor auf weitläufigen Grasflächen weideten, ist fadenscheinig. Denn wenn die erste Mastpartie des Jahres in die Feedlots gelangt, sind die Tiere sechs bis sieben Monate alt, also noch Kälber. Innerhalb von vier Monaten werden sie dann auf 500 Kilogramm – das Doppelte ihres Anfangsgewichtes – ausgemästet. Nach der Schlachtung folgt sogleich die zweite etwas ältere „Einsteller“-Gruppe und der Fütterungsprozess beginnt von Neuem.

Praktiziert wird diese Form der Intensivmast vor allem in Übersee. Gerade die größten Rindfleischproduzenten, also die USA, Australien und natürlich die Mercosur-Staaten (Argentinien, Brasilien, Uruguay, Paraguay) haben sich auf diese Form der Massentierhaltung spezialisiert. Auch das Einsetzen von Hormonimplantaten zur Förderung der Tageszunahmen ist in diesen Ländern Usus. In die EU importiert werden darf das sogenannte „Hormonfleisch“ aber nicht. Nach jahrelangem diesbezüglichen Handelsstreit musste die EU jedoch Zugeständnisse machen und eine zollfreie Importquote von jährlich 45.000 Tonnen Rindfleisch, sogenanntem „High Quality Beef“, gewähren.

Die Produktbezeichnung auf der Verpackung gibt keine Gewissheit

Vor diesem Hintergrund lässt sich auch erklären, warum viele EU-Staaten, vorne weg Österreich, das Mercosur-Handelsabkommen ablehnen. Klima, Umwelt und die klein strukturierte heimische Landwirtschaft würden durch einen solchen internationalen Vertrag Schaden nehmen. Zudem würden wenig artgerechte Tierhaltungssysteme, wie die vorhin erörterten Feedlots, unterstützt.

Wenngleich hier relativiert werden muss – nicht jedes Steak aus Übersee stammt aus der Massen-Mast. Auch klassische Weidehaltung gibt es dort. Das Problem ist nur: Der Konsument kann die Haltung nur schwer überprüfen. Klar, das Herkunftsland muss

angegeben sein, das bestimmt die EU-Lebensmittelinformationsverordnung. Doch weitergehende Infos fehlen oft. Zudem ist der Begriff „Weiderind“ rechtlich nicht geschützt. Infolge kann importiertes Rindfleisch aus Feedlots auch unter diesem geschönten Begriff verkauft werden – gerade in Amerika sei man laut Grabner eher großzügig bei solchen Produktbeschreibungen. „Auch ‚natürlich‘ schreiben sie gerne auf die Packung. Ob man aber von gesunder Haltung und Freilauf sprechen kann, ist zweifelhaft – auch wenn die Ausmast unter freiem Himmel stattfindet“, gibt der Rindfleischexperte zu bedenken.

Wer also guten Gewissens Rindfleisch kaufen und geprüfte Qualität mit nach Hause nehmen möchte, sollte auf österreichische Produkte zurückgreifen. Das AMA-Gütesiegel und die heimischen Qualitätsprogramme garantieren beste Qualität aus artgerechter Haltung, die sich lückenlos zurückverfolgen lässt.

Die Herkunftskennzeichnung räumt dem Konsumenten die Wahl ein

Jährlich werden in Österreich 105.000 Tonnen Rindfleisch verzehrt. Mehr als die Hälfte davon Außerhaus, sprich in der Gemeinschaftsverpflegung oder beim Gastronom. Damit bleibt aber den Konsumenten für gewöhnlich verborgen, woher ihr Kalbschnitzler, die Rindsroulade oder der Tafelspitz kommt.

Ein Blick auf das Sortiment des Gastro-Großhandels lässt nichts Gutes erahnen. Ein Store-Check der Landwirtschaftskammer offenbarte, gut die Hälfte des Rindfleischs – bei den Edelteilen sogar noch mehr – kommt aus dem Ausland. Dabei wäre die Selbstversorgung in Österreich mehr als gegeben. Um dem Gast die Wahl zu lassen, braucht es daher eine verpflichtende Herkunftskennzeichnung in der Außerhausverpflegung. Lange dafür eingesetzt haben sich aus gutem Grund die Bäuerinnen und Bauern. Heuer fand die richtungweisende Idee Eingang in das Regierungsprogramm – die Realisierung fehlt aber noch. Das Land Oberösterreich, das in punkto Regionalität eine Vorreiterrolle hat, ist da schon einen Schritt weiter. In einer Vielzahl der Landesküchen wird die Herkunft der Produkte bereits offensichtlich ausgelobt. „Mit dieser Herkunftskennzeichnung und unseren Einkaufsgrundsätzen setzen wir ein wichtiges Zeichen zur Stärkung regionaler Wirtschaftskreisläufe und der heimischen Landwirtschaft“, erklärt Landeshauptmann Thomas Stelzer. Agrarlandesrat Max Hiegelsberger pflichtet dem bei, tritt aber auch für eine rasche Umsetzung auf Bundesebene ein: „Durch die Herkunftskennzeichnung wird dem Konsumenten die Wahl gelassen. Er kann entscheiden zu welchem Lebensmittel er greift. Es geht also nicht um Ausgrenzung, sondern um Wahlfreiheit.“



Hiegelsberger und Stelzer werben für Regionalität.



FOTO: STECK/ADOBEE.COM; G. SCHNEIDER/FAHREIS



Frisches Gemüse direkt vom Bauern

Eferdinger Landl-Gemüse direkt vom Bauern

Regionalität und direkt vom Bauern sind beim Gemüseeinkauf im Trend. Wenn Österreich draufsteht, kann das Gemüse trotzdem hunderte Kilometer zurückgelegt haben. Die Bauerngemeinschaft „Eferdinger Landl“ setzt auf Frische aus Oberösterreich. Die Bauern liefern unter der Regionalmarke „Eferdinger Landl“ direkt in die oberösterreichischen Geschäfte. Erdäpfel, Zwiebel, Karotten, Stangensellerie, Radieschen und Süßkartoffel werden unter der Bauernmarke „Eferdinger Landl“ angeboten. Jeder Cent kommt auch direkt beim Bauern an.

stoffe bleiben erhalten. Vitamin C bei Erdäpfeln und Zwiebeln stärkt die Abwehrkräfte, Vitamin A und E bei Süßkartoffeln schützt die Zellen, Beta-carotin bei Karotten stärkt das Immunsystem.

Vitamine für die kühlere Zeit

Die Vitaminspenden aus dem Eferdinger Landl werden auf kurzem Wege in die Geschäfte geliefert. Die wertvollen Inhalts-

Wo gibt es das Eferdinger Landl-Gemüse direkt vom Bauern? Spar und Maximarkt: Erdäpfel, Zwiebel, Radieschen, Süßkartoffel und Stangensellerie; Nah&Frisch: Erdäpfel. ANZEIGE

100%

Oberösterreich.

Sie schauen bei Ihren Einkäufen auf Regionalität. Auch wir sind in Oberösterreichs Regionen fest verankert. Wir kennen das Land und seine Menschen. Deshalb steckt in unseren Leistungen regionale Kraft. **Wir versorgen Oberösterreich mit Strom, Gas, Wärme, Internet und Wasser** und erledigen die **Abfallentsorgung** und **Abwasseraufbereitung**. Sicher, verlässlich, vor Ort.

Jetzt auf energieag.at/100prozent

*Energiepreisgarantie für Kundinnen und Kunden unserer Konzern-Vertriebsgesellschaft für Strom und Erdgas bis 01.01.2021, ausgenommen FLOAT.

#miteinander100

ENERGIEAG
Oberösterreich
Wir denken an morgen

Strom & Gas Preisgarantie bis 01.01.2021*

Entgeltliche Einschaltung uparte

Speziell auf Marmorierung selektierte AMA-Gütesiegel Qualität von Kalbinnen. Das ist CultBeef. Die strengen Alters-, Gewichtsgrenzen und Reifegarantie sorgen für zarte, saftige Steaks mit top Geschmack. www.cultbeef.at/amagsinfo

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union
Bundesministerium Landwirtschaft, Regionen und Tourismus
LE 14-20
Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums
Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete.

MACHEREI

Eiweißreiche Hülsenfrucht

Sie ist klein, stammt aus Südostasien und liegt auch hierzulande voll im Trend – die Sojabohne. Heimische Landwirte produzieren gentechnikfrei und nachhaltig.

THOMAS MURSCH-EDLMAYR

Die Sojabohne hat sich mittlerweile von einer Nischenkultur zu einem attraktiven Fruchtfolgeglied entwickelt. Binnen der vergangenen zehn Jahre hat sich die Produktion mehr als verdoppelt. In Österreich werden knapp 70.000 Hektar dieser eiweißreichen Hülsenfrucht angebaut. Auf einem Drittel der Sojafläche arbeiten die heimischen Landwirte nach Kriterien des biologischen Landbaus – das ist der höchste Wert in Europa.

Heimisches Soja ist gentechnikfrei

Österreich hat innerhalb der EU eine Vorreiterrolle beim Sojaanbau eingenommen. Mit weniger als zwei Prozent der EU-Ackerfläche liefern die heimischen Bäuerinnen und Bauern acht Prozent der gesamten EU-Sojaernte. Sojabohnen aus heimischem Anbau weisen eine deutlich bessere Ökobilanz auf als jene aus Brasilien oder Argentinien, die sehr

häufig auf gerodeten Regenwaldflächen produziert werden. Und im Gegensatz zu anderen Ländern werden Sojabohnen in Österreich seit jeher ausschließlich gentechnikfrei produziert – ein ausschlaggebendes Argument bei der Vermarktung von Sojaprodukten und Futtermitteln.

Während weltweit mehr als 80 Prozent der Sojabohnen als Tierfutter Verwendung finden, geht in Österreich fast die Hälfte der jährlichen Sojaernte in die Produktion von Nahrungs- und Genussmitteln wie beispielsweise Mehle und Flocken für die Bäcker und Backmittelhersteller oder als Grundstoffe für vegetarische Gerichte, Tofu, Sojagetränke und vieles mehr. Bei der Verarbeitung von Sojabohnen in Ölmühlen entsteht neben einem wichtigen Ei-

VOM FELD AUF DEN TISCH

- Das Saatgut wird vor dem Einfüllen in die Sämaschine mit Knöllchenbakterien versetzt.
- Die Sojabohne wird von Mitte April bis Anfang Mai angebaut.
- Die Entwicklung beginnt: Pro Quadratmeter wachsen zwischen 40 und 60 Pflanzen.
- Sonne und Regen lassen die Pflanzen rasch wachsen und es werden Hülsen ausgebildet.
- Die Hülsen sind behaart und stehen meist in Trauben zu drei bis fünf Hülsen zusammen.
- Je nach Sorte und Witterung werden die Sojabohnen ab Mitte September bis Ende Oktober reif.
- Die Bäuerinnen und Bauern fahren mit der Mähdrescher auf das Feld, um die Ernte einzufahren.
- Im langjährigen Mittel werden im Durchschnitt zwischen 1800 und 3000 Kilogramm pro Hektar geerntet.
- Soja kann einerseits für die menschliche Ernährung sowie als Futtermittel für Tiere verwendet werden.

weißfuttermittel vor allem auch wertvolles Sojaöl.

Neben den vielfältigen Vermarktungsmöglichkeiten für den Landwirt zeichnet sich Soja im Anbau als Extensivkultur aus. Soja hilft dem Landwirt, eine gesunde Fruchtfolge einzuhalten, und ist eine notwendige Abwechslung zu Getreide und Mais. Außer der Unkrautbekämpfung ist kein weiterer Pflanzenschutz und auch keine zusätzliche Düngung für den Stickstoffsammler notwendig. Dies trägt zur ökologischen Vorzüglichkeit der Sojabohne bei. Als wärmeliebende Kulturpflanze hat die Sojabohne zweifelsohne von den geänderten Klimabedingungen der vergangenen Jahre profitiert. Zudem bringt die Pflanzenzüchtung jährlich wesentliche Fortschritte bei den Sorten.

AUS DER GESCHICHTE

Bereits 1873 kamen im Zuge der Weltausstellung die ersten Sojabohnen von Asien nach Wien. 1875 startete Friedrich Haberlandt erste Anbauversuche, die 1877 auch in Oberösterreich durchgeführt wurden. Seit mehr als 140 Jahren gibt es somit Erfahrungen mit Sojaanbau in Oberösterreich. Heute zählt Soja neben Weizen, Mais und Gerste zu den vier größten Ackerkulturen in Österreich.

REGIONALE SOJA HAT NOCH POTENZIAL

Eine Sensibilisierung der Gesellschaft für nachhaltige und regionale Produktion forciert das Interesse an gentechnikfreien heimischen Sojabohnen. Experten sehen bis 2030 ein Potenzial von 100.000 Hektar Anbaufläche.

Der Kauf von heimischen Sojaprodukten trägt überdies dazu bei, den ökologischen Fußabdruck in der Produktion möglichst gering und Transportwege kurz zu halten. Biologisch produzierte Sojabohne aus Österreich zeigt eine um 97 Prozent geringere Klimawirkung als Soja aus Brasilien.

MACHEREI ONLINE
www.lustaufisland.at/
macherei



F flanksteak sous vide und frittiert

Zutaten (4 Portionen):

1000 g Flanksteak von AMA-GS CultBeef, 1 Stk. Karfiol, 3 Zehen Knoblauch, 250 g Butter, je ½ Bund Liebstöckel und Majoran fein gehackt, 1 Stk. Limette (Zesten), Salz, Pfeffer, Rapsöl zum Frittieren, Deko-Kräuter

Zubereitung:

Flanksteak salzen, vakuumieren und ca. 3 Stunden bei 53 °C sous-vide garen. Für die Kräuter-Knoblauchbutter den Majoran, Liebstöckel, Knoblauch, 200 g Butter und Limetten-Zesten vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Karfiol in große Scheiben schneiden, salzen und in aufgeschäumter Butter langsam braten, bis er weich ist. Flanksteak aus dem Vakuumbeutel nehmen und in 4 gleiche Portionen teilen. Beide Seiten vom Steak ganz fein schröpfen und in Öl ca. 2 Minuten knusprig frittieren. Fett abtupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, in Tranchen schneiden und mit einer Scheibe Karfiol und Kräuter-Knoblauchbutter servieren.

QUELLE: ÖSTERREICHISCHE RINDERBÖRSE

WERBUNG

Landgarten: Soja in pikanter und süßer Form

Die Idee der Bio-Pioniere Herbert Stava und Johannes Strobl war es, einen heimischen Bio-Snack zu entwickeln, der eine leckere und nahrhafte Alternative zu fettigen Erdnüssen darstellt. Alles von Null an, hieß es bei der Entwicklung. Der Anbau von Soja in Europa war Mitte der 1980er-Jahre einzigartig – und erst recht in biologischer Qualität. Dass man bei Landgarten keine Spuren von genetisch verändertem Soja findet, ist selbstverständlich. Auch das Rösten stellte man sich einfacher vor: Daher entwickelte man ein eigenes Röstverfahren. Durch eine eigene Saatgutvermehrung gewährleistet Land-



Die Bio-Soja-Snacks gehören zur bunten Produktpalette.

garten naturbelassenes Soja. Die Produktpalette reicht von pikanten Bio-Soja-Snacks bis hin zu mit Schokolade ummantelten Sojabohnen.

Mehr Informationen unter www.landgarten.at

WERBUNG

WISSENSWERT



Die Sojabohne ist eine einjährige Pflanze aus der Familie der Hülsenfrüchtler. Sie ist eine der bedeutendsten Nutzpflanzen überhaupt. Ihre Frucht hat einen hohen Eiweißgehalt und, für Bohnen eher ungewöhnlich, einen hohen Ölgehalt. Ob in Hautcremes oder auf dem Teller – die Sojabohne liefert die Rohstoffe für eine Vielzahl von Produkten. Vor allem aber schmeckt sie gut und ist zudem aus ernährungswissenschaftlicher Sicht empfehlenswert. Vor allem Vegetarier und Veganer decken ihren Proteinbedarf mit Sojaprodukten wie Tofu und Co.

Die Saatbau mischt in Europa an der Spitze mit

Die Saabau Linz hat 1990 das Potenzial der Sojabohne erkannt und in ein Züchtungsprogramm investiert. Durch die Intensivierung der Züchtung am Standort Reichersberg mischt Saatbau in Europa an der Spitze mit und ist mit seinem Portfolio international wettbewerbsfähig. In den letzten zehn Jahren wurden für die Saatbau 31 Sorten europaweit registriert, davon 15 mit eigener Genetik.

Erklärtes Ziel ist es, weiterhin ertragreiche und ertragsstabile Sorten zu züchten, sowohl bei Speise- als auch bei Futtersojabohnen. Verbesserte Qualitätseigenschaften, Resistenzen gegen Umwelteinflüsse und Krankhei-



Sojazucht bei der Saatbau Linz

WERBUNG



„Autonomie bedeutet zu wissen, was auf den Teller kommt, und zu entscheiden, wo es herkommt!“, betont Michaela Langer-Weninger, Präsidentin der Landwirtschaftskammer OÖ.



Die Seminarbäuerinnen begeistern mit Charme und umfangreichem Wissen für regionale Lebensmittel.

REGIONALITÄT

Kochen liegt voll im Trend

Corona hat uns in vielen Bereichen geerdet. Selbst am Herd stehen, Kräuter ziehen, Brot backen, Gemüse einkochen und beim Bauern einkaufen – Lebensmittelversorgung hat für viele eine neue Wertigkeit bekommen.

LANDWIRTSCHAFTSKAMMER OBERÖSTERREICH

Der Corona-Lockdown hatte auch positive Seiten, denn die vergangenen Monate waren für viele nicht nur eine Leer-Zeit, sondern eine gute Lehrzeit in Sachen Selberkochen und Wertschätzung gegenüber der regionalen Lebensmittelproduktion und den Leistungen der Bäuerinnen und Bauern.

Kochzeit als wertvolle Lebens- und Familienzeit

Die Zugriffszahlen auf diverse Food Blogs und Rezeptseiten sind in den letzten Monaten rasant gestiegen. Corona hat vielen Kochmuffeln einen Motivationsschub verpasst: Es wurden Wochen-

speisepläne erarbeitet, Omas Rezepte revitalisiert, Vorratsschränke auf Vordermann gebracht und Restgerichte komponiert. Die Wertigkeit des bewussten Einkaufs und des gemeinsamen Kochens wurde wieder neu entdeckt. „Den positiven Spirit dieser Krise in die vielzitierte neue ‚Normalität‘ mitzunehmen und im Alltag weiterzuleben, das wäre mehr als wünschenswert“, so Michaela Langer-Weninger, Präsidentin der Landwirtschaftskammer Oberösterreich, „denn der bewusste und nachhaltige Umgang mit Lebensmitteln vom Einkauf bis auf den Teller erhöht unser Bewusstsein für natürliche Lebensgrundlagen und Kreisläufe und ist eine fundamentale Alltagskompetenz für jeden Einzelnen von uns.“ Der „Do it yourself“-Trend ist schon seit

AUF EINEN KLICK

- Die Plattform www.esserwissen.at liefert Informationen zu vielen Themen.
- Die Website der Seminarbäuerinnen bietet fast 1000 Rezepte: www.regionale-rezepte.at
- Ab Oktober startet das Ländliche Fortbildungsinstitut der Landwirtschaftskammer OÖ mit den Kochseminaren der Seminarbäuerinnen: www.seminarbauerinnen-ooe.at

ANZEIGE

Landwirtschaftskammer Oberösterreich

Trachten Wichtlstube bietet riesige Auswahl für jeden Geschmack

Wer in Dirndl, Lederhose, Trachtenkostüm oder festlichem Anzug glänzen möchte, ist in der Trachten Wichtlstube in Edt bei Lambach genau richtig. Im Trachten-Fachgeschäft ist nicht nur die Auswahl grenzenlos, sondern auch der Service. Ein höchst kompetentes Team, geschmackvolle Accessoires, liebevolle Details bis hin zur Mode für den schönsten Tag im Leben machen Familie Holzberger und ihre Mitarbeiter zur Top-Adresse für Kunden von 0 bis 100.



Bei der Trachten Wichtlstube gibt es für jeden Anlass das passende Outfit.

Einkaufen wird zum Erlebnis

In der Trachten Wichtlstube, dem größten Trachtenfachgeschäft von Oberösterreich, gibt es Trachten für jeden Geschmack. Es werden führende Firmen wie Sportalm, Mothwurf, Meindl, Lodenfrey – um nur einige zu nennen – angeboten. Auf mehr als 1000 Quadratmetern findet man in Edt bei Lambach alles vom Dirndl und der Lederhose bis hin zum Outfit für einen Theaterbesuch.

Bräutigam wird eine breite Palette, vom Hochzeitsanzug bis zur Hirschlederhose, angeboten.

Nähere Informationen auch auf der Website unter www.wichtlstube.at

ANZEIGE

FACEBOOK-GEWINNSPIEL



Leser der Lust aufs Land können gewinnen:

Leinen-Baumwoll-Dirndkleid

mit paspelierten Knopflochern und einer wunderschönen Modal-Schürze im Wert von 300 Euro.

Kommentiere einfach unseren Facebook-Beitrag unter facebook.com/lustaufsland
Teilnahmeschluss: 27. September 2020

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erklärt sich der Teilnehmer bereit, dass die von ihm zur Verfügung gestellten Daten von „Lust aufs Land“ zur Abwicklung des Gewinnspiels verwendet werden. Nähere Informationen zum Datenschutz gibt es unter www.lustaufsland.at

GEFÖRDERTE DOPPELHAUSHÄLFTEN

Symbolansicht

Symbolansicht

Mietkauf oder Eigentum

GRIESKIRCHEN
POLHEIMERWEG

- ca. 113 m² Wohnfläche
- großzügige Terrasse und Eigengarten
- Fertigtellergarage
- HWB=33 kWh/m²a, f_{GES} 0,70
- Fertigstellung: Herbst 2021

KEMATEN/KREMS
WEIDENWEG

- ca. 103 m² Wohnfläche
- großzügige Terrasse und Eigengarten
- Doppelcarport
- HWB=39 kWh/m²a, f_{GES} 0,75
- Fertigstellung: Mai 2021

ROHRBACH
HOPFENGASSE

- ca. 113 m² Wohnfläche
- großzügige Terrasse und Eigengarten
- Doppelcarport
- HWB=29 kWh/m²a, f_{GES} 0,58
- Fertigstellung: Juni 2021

www.oewohnbau.at

Kontakt:
Grieskirchen und Rohrbach: Mona Hagmayr
Tel.: +43 (0) 732 700 868-121 | mona.hagmayr@oewohnbau.at
Kematen/Krems: Andrea Ladberg
Tel.: +43 (0) 732 700 868-122 | andrea.ladberg@oewohnbau.at



Hendl-Kürbis-Gulasch

Zutaten (für 4 Personen):
4 Stk. Hühnerkeulen, 1 Stk. Hokkaidokürbis, 100 g Butterschmalz, 4 Stk. gelbe Zwiebeln, 4 Stk. Knoblauchzehen, 2 EL Paradeismark, 5 EL Paprikapulver, edelsüß, 1 EL Paprikapulver, scharf, 1 EL Apfelessig, 500 ml Gemüsesuppe, 2 Stk. Lorbeerblätter, 250 ml Sauerrahm; Menge je nach Geschmack: Stärkemehl, Majoran, Salz, Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung:
Bei Hendlhaxerl (mit Oberkeule) Haut abziehen, beim Gelenk einschneiden. Kürbis in 2 cm Würfel schneiden, Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Zwiebel in Butterschmalz goldbraun rösten, Tomatenmark mitrösten, Paprikapulver begeben. Nochmals kurz mitrösten, mit Essig ablöschen. Mit Suppe aufgießen, aufkochen. Hendlhaxerl, Lorbeer, Knoblauch und Majoran begeben. 45 bis 60 Minuten sanft köcheln lassen. Wenn das Fleisch gar ist, Hendlhaxerl herausheben, Fleisch vom Knochen lösen – Fleisch beiseite stellen. Kürbisstücke begeben, bissfest garen. Für die Bindung circa 2/3 des Sauerrahms in Gulaschsaucе unterrühren. Falls Sauce zu dünn ist, zusätzlich mit Stärkemehl binden (1 EL Stärkemehl mit 2 bis 3 EL Wasser verrühren und in kochende Sauce rühren). Hendlstücke einlegen, nochmals aufkochen, mit Sauerrahm garnieren.

QUELLE: WWW.REGIONALE-REZEPTE.AT

Die bürgerliche Zeitung Wander-Abo!

Lesen Sie täglich das „OÖ Volksblatt“
3 Monate für nur € 39,- (statt € 80,70)
und Sie erhalten von uns **zusätzlich kostenlos einen Wanderrucksack!**

Bestellen Sie ganz einfach telefonisch unter
0732/7606-730 oder per E-Mail an
abo-service@volksblatt.at

JETZT:
3 Monate inkl.
Rucksack um
nur € 39,-

Symbolfoto

Die bürgerliche Zeitung
OBERÖSTERREICHISCHES VOLKSBLATT

Foto: Blasl



SCHÄRDINGER RAHM-EMMENTALER

Besonders Cremig!

- aus bester österreichischer Bergbauermilch
- g'schmackig-nussig, 4 Monate gereift
- **NEU: 250g Stück** in wiederverschließbarer Verpackung



GERÖSTETER BUCHWEIZEN MIT RAHM-EMMENTALER

5 Personen ⌚ 40 min Schwierigkeitsgrad 🏠



Zutaten:
• 250g Schärdinger Rahm-Emmentaler (gerieben)
• 1x Schärdinger Sauerrahm Duo
• Buchweizen
• 1 mittlere Zwiebel
• 1x Zehe Knoblauch
• Schuss Olivenöl
• 2 Karotten
• 2 gelbe Rüben
• Prise Salz & Pfeffer
• kl. Bund Petersilie
• Frische Kresse

Zubereitung:
Buchweizen lt. Kochanleitung garen. Karotten und gelbe Rüben schälen, in Würfel schneiden und knackig kochen. Zwiebel, Knoblauch und gewürfelte Karotten und gelbe Rüben in Olivenöl anschwitzen, gekochten abgetropften Buchweizen dazugeben und mitrösten. Geriebenen Schärdinger Rahm-Emmentaler untermischen, frisch gehackte Petersilie dazugeben, salzen und pfeffern. Mit Schärdinger Sauerrahm und frischer Kresse servieren.

Tipp: Statt dem Buchweizen kann z.B. Quinoa oder Dinkelreis verwendet werden.



Rezept mit Video: QR-Code scannen



Schärdinger. So schmeckt mir das Leben!



ab 2. September
Kostenlos
bei Unimarkt und
Nah&Frisch erhältlich!

Die erste natürlich für uns Bio Brotfibel ist da!

Der Duft von frisch gebackenem Brot, das Geräusch, wenn man durch die knusprige Rinde schneidet... Brot backen erlebt gerade eine Renaissance – man macht es wieder selbst. Doch was tun, wenn man es zu gut gemeint hat und der ein oder andere Rest in der Brotdose bleibt? Wir zeigen euch in der natürlich für uns Brotfibel, wie vielfältig Brot in der Küche einsetzbar ist und welche köstlichen Gerichte gezaubert werden können!



Das ist Bio mit Mehrwert.



www.natuerlich-fuer-uns.at

Nah&Frisch

bei ausgewählten Kaufleuten

UNIMARKT
Genuss verbindet

Schmankerl BOX

LUSTaufsLAND

Regional, schmackhaft, Oberösterreich

Natürlich und erfrischend

Die natürliche Alternative zu herkömmlichem Cola stammt aus dem Böhmerwald. Dieser erfrischende Sirup aus Cola-Kraut und Gewürzen wird von Familie Haselgruber aus dem nördlichen Mühlviertel in liebevoller Handarbeit hergestellt. Erhältlich ab Hof und online unter www.pressmayr.at



Delikatesse aus dem Mühlviertel

Die Salami in Form eines Mühlsteins aus der Salami-trocknerei Saller ist eine Hommage an das Mühlviertel. Sie ist gewürzt und überzogen mit feinem Edelschimmelbelag. 100 g oder 200 g erhältlich auf www.salamitrocknerei.at



Pesto passt immer

Familie Roitner verarbeitet die getrockneten Kürbiskerne aus den Früchten ihrer Felder in Wilhering zu feinem Pesto. Das Produkt eignet sich auch hervorragend zum Verfeinern von Gerichten. 100-g-Glas ist erhältlich im eigenen Hofladen und online unter www.alpakahof-wilhering.at



Gesundes Korn

Die Speisehirse der Familie Wellingner stammt aus hofigenem Bio-Anbau, ist von Natur aus glutenfrei, spezialgereinigt und streng sortiert. 500-g-Packung ist im Online-Shop auf www.wellingner.bio.at erhältlich.

Die etwas andere Nougatcreme

Hanfessa – aus dem Hause Schickmaier in Pettenbach – ist anders als übliche Nougatcremes – hier werden anstatt Nüssen die Hanfsamen aus eigener Produktion verwendet. Das 300-g-Glas kommt ganz ohne Palmöl aus und ist auf www.genussfux.at erhältlich.



Topfen: Das „weiße Gold“

Das Sprichwort „So ein Topfen“ wird verwendet, wenn etwas schiefläuft oder eine Sache uns so gar nicht gefällt. Das ist vor allem für einen beleidigend: für den Topfen. Denn der hat jede Menge herausragender Eigenschaften und wird zu Recht oft als weißes Gold bezeichnet. Gmundner Milch hat bei Foodbloggerinnen nachgefragt, was in Sachen Topfen gerade im Trend liegt.



Topfen: Ein Allrounder in vielerlei Hinsicht

Topfen hat Tradition

Topfen hat in der heimischen Küche lange Tradition, vor allem in Süßspeisen wie Topfenstrudel oder Topfenpalatschinken. Aber auch in pikanten Gerichten ist der Topfen vielseitig einsetzbar. Nicht nur als Nahrungsmittel, sondern auch als Heilmittel kommt Topfen zum Einsatz. Schon unsere Großmütter wussten um die entzündungshemmenden

und schmerzlindernden Eigenschaften und zauberten warme und kalte Topfenwickel zum Auflegen.

Topfen als Schlankmacher

Topfen gibt es in unterschiedlichen Fettstufen: Speisetopfen hat 20% Fett i.Tr., Magertopfen

nur 10% Fett i.Tr. – das ist deutlich weniger als beispielsweise in Frischkäse enthalten ist. Topfen ist damit auch sehr kalorienarm: 100 g Magertopfen haben nur 72 Kalorien, diese Portion macht aber aufgrund des hohen Eiweißgehaltes z. B. als bekömmlicher Aufstrich richtig satt.

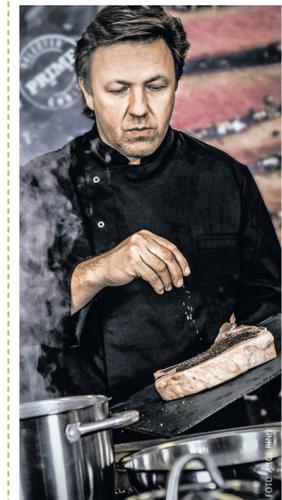
Topfen als Multitalent in der Küche

Auch in der Küche ist Topfen vielseitig einsetzbar. Ob traditionelle Gerichte oder moderne Interpretationen – wer einen Blick in das neue Gmundner Milch Kochbuch wirft, wird begeistert sein. Einen kleinen Vorgesmack liefern die Apfel-Walnuss-Knödel.

Alle Informationen zum Nachkochen und das neue Gmundner Milch Kochbuch zum Bestellen auf www.gmundner-milch.at

WERBUNG

GEWINNSPIEL KOCHKURS



Leser der Lust aufs Land können gewinnen:

Cult Beef Steak-Kochkurs in Ihrer eigenen Küche

Mario Lehenbauer von der österreichischen Rinderbörse erzählt alles über unser heimisches Rindfleisch und zeigt in Ihrer eigenen Küche, wie man ein perfektes Steak aus verschiedenen Teilstücken zubereitet.

Personen: maximal 6
Kursdauer: circa 4 Stunden
Termin: nach Absprache (Montag bis Freitag)
Gutscheinwert: 600 Euro
Lebensmittel und Koch-Equipment werden mitgebracht.

Mitmachen unter www.lustaufsland.at/gewinnspiele oder per Postkarte an: LustaufsLand, Harrachstraße 12, 4020 Linz, Kennwort: „Kochkurs“, Teilnahmeschluss: 27. September 2020.

Name und Adresse angeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erklärt sich der Teilnehmer bereit, dass die von ihm zur Verfügung gestellten Daten von „Lust aufs Land“ zur Abwicklung des Gewinnspiels verwendet werden. Nähere Informationen zum Datenschutz gibt es unter www.lustaufsland.at

Richtig fesch.
Echt köstlich.

Die besten Topfen-Rezepte finden Sie auf: gmundner-milch.at



Im exklusiven Design der Gmundner Keramik Manufaktur.

Gmundner Milch und Gmundner Keramik zaubern gemeinsam neue Erlebnisse für alle Sinne auf die Tische. Das sieht und schmeckt man!



www.gmundner-milch.at

Aus der Region: Pflanzliche Produkte

Oberösterreichs Direktvermarkter sorgen für die qualitative Erzeugung hochwertiger, pflanzlicher Produkte. Die Landkarte zeigt 60 Betriebe in Ihrer Nähe, die ihre Produkte unter der Qualitätsmarke „Gutes vom Bauernhof“ anbieten.

DATENQUELLE: WWW.GUTESVOMBauernhof.AT



Vielfalt bei pflanzlichen Produkten

Die Oberösterreichischen und Oberösterreich sind wieder auf den Geschmack gekommen – sie kaufen gerne regionale Produkte aus bäuerlicher Erzeugung und bringen diesen eine große Wertschätzung entgegen.

Hohes Qualitätsniveau

Gerade in der heutigen Zeit, wo Rückverfolgbarkeit und Herkunft der Produkte immer wichtiger werden, sollte der Einkauf in der Nähe beim Bauern eine besondere Rolle spielen. Dies hilft nicht nur dem einzelnen Landwirt selbst, sondern erhält eine lebendige, vielfältige und gesunde Region. Die Qualitätsprodukte heimischer Direktvermarkter stellen bei regionalen, landesweiten und bundesweiten Produktprämierungen für bäuerlich produzierte Lebensmittel immer wieder ihr hohes Qualitätsniveau unter Beweis.

Genaueres zu den Betrieben, deren Öffnungszeiten sowie den einzelnen Produkten gibt es unter www.gutesvombauernhof.at. Neben der Vielfalt an pflanzlichen Produkten findet man auf der Homepage noch viele andere Produkte, damit der Einkauf bei einem „Gutes vom Bauernhof“-Betrieb zu einem besonderen Erlebnis wird.

„Gutes vom Bauernhof“-App: mit dem Schmankerl-Navi quer durch das Land unterwegs und jederzeit bereit, Köstlichkeiten zu entdecken. Einfach die gewünschten Produktgruppen auswählen und die App entdeckt die „Gutes vom Bauernhof“-Betriebe.



Legende



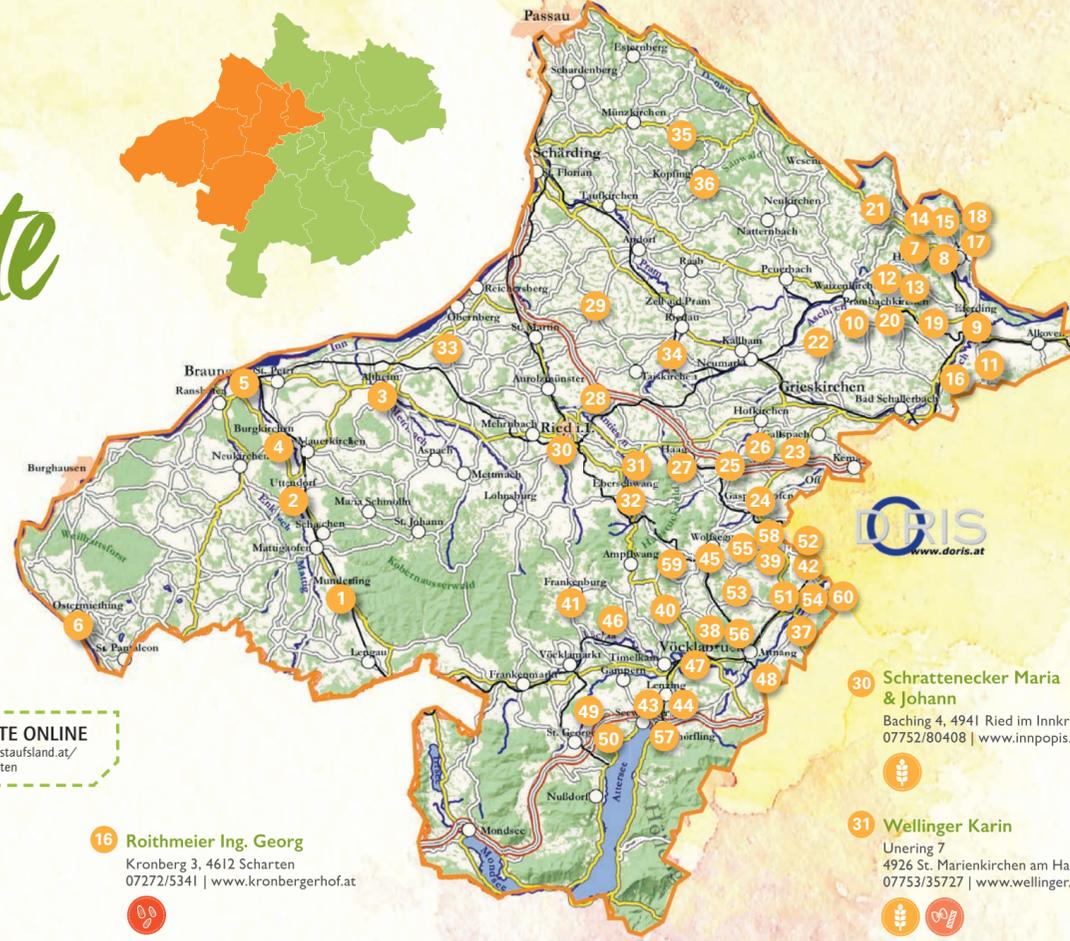
Braunau

- 1 **Barth Stefanie & Franz**
Valentinhof 10, 5222 Munderfing
07744/6368
www.hanslbauer.jimdo.com
- 2 **Forthuber Alexandra & Karl**
Höfen 9, 5261 Uttendorf
07724/6313 | www.hofladenschoepl.at
- 3 **Jenichl Brigitte & Franz**
Waghham 1, 4950 Altheim
0676/6929003
www.genussbauernhof-jenichl.at
- 4 **Kasinger Josef**
Fuchshofen 4, 5274 Burgkirchen
07724/2606 | obstkultur-kasinger@aon.at
- 5 **OBERGUT – Familie Ober**
Auf der Haiden 42, 5280 Braunau am Inn
07722/87321 | www.obergut.at
- 6 **Steinellner Christa & Georg**
Obersimling 4, 5121 Ostermiething
06278/6568 | ch.steinellner@aon.at
- 7 **Berger Sigrid**
Reith 2, 4081 Hartkirchen
0699/11786861 | sigrid_berger@gmx.at

Eferding

- 8 **Gemüse Lust-Hofladen Haib Maria & Anton**
Karlring 37, 4081 Hartkirchen
07273/6280 | www.haiss.at
- 9 **Kirchmayr Manuela & Kurt**
Unterschaden 19, 4070 Eferding
07272/3254
kartoffel.kirchmayr@neoforma.at
- 10 **Leisch Mag. Erkentraud & Mag. Richard**
Sallmannsberg 1, 4731 Prambachkirchen
0699/12556495
www.kraeutermanufaktur.at
- 11 **Mayer Regina & Bernhard**
Inn 7, 4070 Fraham
07272/4175 | www.spargelhof.at
- 12 **Moser Rosa & Franz**
Mitterstroheim 29, 4074 Stroheim
07272/6213 | moser.rosa@aon.at
- 13 **Moser Tanja & Alois**
Mitterstroheim 10, 4074 Stroheim
07272/6298 | aloismoser@utanet.at
- 14 **Obermayr Peter**
Hilkering 9, 4081 Hartkirchen
07273/6370 | steffi.obermayr@gmx.at
- 15 **Bio Kräuterhof Riederer**
Kellnering 5, 4081 Hartkirchen
07273/20000 | kraeuterhof.riederer@aon.at

KARTE ONLINE
www.lustaufisland.at/landkarten



- 16 **Roithmeier Ing. Georg**
Kronberg 3, 4612 Scharfen
07272/5341 | www.kronbergerhof.at
- 17 **Schauer Sabine & Robert**
HaizingerstraÙe 2, 4081 Hartkirchen
07273/6078 | schauer_robort@aon.at
- 18 **Schmankerl-Hofladen Rathmayr Karin & Fritz**
Karlring 36, 4081 Hartkirchen
07273/20219 | www.hofladen-rathmayr.at
- 19 **Schölnberger Elisabeth & Kurt**
Wackersbach 16, 4070 Hinzenbach
07272/4613 | www.schoelnerberger.at
- 20 **Familie Watzenböck**
Oberschlbach 7, 4731 Prambachkirchen
0664/2833855 | www.bio-damwild.at

- 21 **Biohof Weißhäupl**
Oberhub 9, 4083 Haibach ob der Donau
0664/5740427 | bio@ei-malig.at
- 22 **Aichinger Roman**
Oberreitbach 9, 4712 Michaelnbach
07277/6004 | www.habermair.at
- 23 **Biohof Harrer**
Radhof 2, 4714 Meggenhofen
0660/1451690
www.biohof-harrer.at

Grieskirchen

- 24 **Familie Heftberger**
Hörbach 6, 4673 Gaspoltshofen
07735/6647 | helga.heftberger@aon.at
- 25 **Landauer Gabriele & Enser Günter**
Viertlbach 8, 4676 Aistersheim
07734/32214 | guenter.enser@aon.at
- 26 **Matzeneder Martina & Johannes**
Freinberg 1, 4714 Meggenhofen
07247/7203 | www.matzeneder.at
- 27 **Wallaberger Maria & Alois**
Hundassing 2, 4680 Haag am Hausruck
07732/2293 | alois.wallaberger@aon.at
- 28 **Andeßner Anton**
Hainberg 3, 4911 Tumelstham
07752/88197 | www.countrypops.at
- 29 **Schneiderbauer Irmgard & Franz**
Augental 7, 4772 Lambrecht
0660/1451690
www.schneiderbauer-gewuerze.at

- 30 **Schrattenecker Maria & Johann**
Baching 4, 4941 Ried im Innkreis
07752/80408 | www.innpopis.at
- 31 **Wellinger Karin**
Unering 7
4926 St. Marienkirchen am Hausruck
07753/35727 | www.wellinger.bio
- 32 **Eier- und Nudelhof - Wiesinger Maria & Karl**
Fleischhacken 6, 4906 Eberschwang
07753/2657 | karlwiesinger@gmx.at
- 33 **Wipplinger Maria & Gerhard**
Nonsbach 4
4983 St. Georgen bei Obernberg
07758/40344 | www.geschmack-im-glas.at
- 34 **Griesmaier Gertraud & Horst**
Dorf an der Pram 9, 4751 Dorf an der Pram
07764/8538 | www.griesmaier-dorf.at
- 35 **Kislinger Katharina & Martin**
Altdorf 7, 4793 St. Roman
07716/7381 | martin.kislinger57@gmail.com
- 36 **Biohof Moser - Familie Moser**
Entholz 9, 4794 Kopfmig im Innkreis
0699/17172144 | www.moser-biohof.at
- 37 **Familie Ammer**
Glatzing 2, 4690 Rüstorf
07674/63996 | norbert.ammer@aon.at

Schärding

- 38 **Ecker Hilde & Norbert**
Oberpilsbach 6, 4840 Pilsbach
07672/29757 | www.vollkornmehl.at
- 39 **Eder Gerlinde & Gerhard**
Hainbach 3, 4692 Niederthalheim
07673/7179 | www.traunsteinkernoel.com
- 40 **Friedl Andrea & Franz**
Engelsheim 10, 4841 Ungenach
07672/8200 | www.gemuesehof-friedl.stadtausstellung.at
- 41 **Familie Gneißl**
Dorf 23, 4873 Frankenburg am Hausruck
07683/7466 | www.hausruckgold.at
- 42 **Grausgruber Christine & Klaus**
Hinterschützing 6, 4691 Breitenschützing
0699/10401199 | www.lammkiste.at
- 43 **Hausjell Christina & Thomas**
Reibersdorf 8/1, 4860 Lenzing
0699/17209781, www.puetzl.at
- 44 **Hausjell Maria & Peter**
Unterachmann 10, 4860 Lenzing
07662/2106 | hausjell.peter@web6262.at
- 45 **Helperstorfer Elfriede**
Schlaugham 2, 4902 Wolfsegg
07676/50266 | helperstorfer@gmx.net
- 46 **Hollerweger Waltraud**
Dachschwendau 3
4872 Neukirchen an der Vöckla
07682/7676 | w.hollerweger@aon.at
- 47 **Huemer Gerlinde & Hubert**
Oberpilsbach 24, 4840 Vöcklabruck
07672/29385 | hubert-huemer@gmx.at
- 48 **Krötzl Anna & Herbert**
Deutenham 15, 4693 Desselbrunn
07673/2731 | wohlschlaeger.karl@aon.at

Vöcklabruck

- 49 **Familie Mittermair**
Brandham 3, 4880 Berg im Attergau
0650/9442014 | www.mittermair.cc
- 50 **Muss Gerhard**
Pössing 13, 4880 Berg im Attergau
07667/21803 | gerhard.muss@aon.at
- 51 **Neuhuber Josefine & Johann**
Philippsbach 3, 4690 Schwanenstadt
07673/4246 | www.kraeuterhof-neuhuber.at
- 52 **Niedermaier Maria & Franz**
Schlatt 12, 4691 Breitenschützing
07673/2484 | www.gemuesehofladen.at
- 53 **Obermaier Monika**
Freundling 8, 4904 Atzbach
07676/7488 | www.weilwimmerhof.at
- 54 **Oberndorfer Christa & Roland**
Stag 1, 4690 Schwanenstadt
07673/2660-11
roland-oberndorfer@aon.at
- 55 **Oberndorfer Maria & Johann**
Hauptstraße 69, 4692 Niederthalheim
07673/7041 | www.traunsteinkernoel.at
- 56 **Perner Birgit & Johann**
Schmidham 2, 4841 Pilsbach
0664/9177222 | www.perner1.com
- 57 **Ranseder Christa & Otto**
Steinbach 6, 4861 Schörfling am Attersee
07662/2010 | ottoranseder@cablevision.at
- 58 **Schablinger Sieglinde & Thomas**
Iming 4, 4692 Niederthalheim
07673/7446
www.biohof-graf-iming.jimdo.com
- 59 **Steinbauer Magdalena & Thomas**
Mansing 1a, 4901 Otrngam am Hausruck
0688/8126810 | www.mathiashof.at
- 60 **Wohlschläger Natascha & Karl**
Bach 2, 4690 Schwanenstadt
07673/2731 | wohlschlaeger.karl@aon.at

Aus der Region: Pflanzliche Produkte

Oberösterreichs Direktvermarkter sorgen für die qualitative Erzeugung hochwertiger, pflanzlicher Produkte. Die Landkarte zeigt 59 Betriebe in Ihrer Nähe, die ihre Produkte unter der Qualitätsmarke „Gutes vom Bauernhof“ anbieten.

DATENQUELLE: WWW.GUTESVOMBauernhof.AT



Vielfalt bei pflanzlichen Produkten

Die Oberösterreichinnen und Oberösterreichern sind wieder auf den Geschmack gekommen – sie kaufen gerne regionale Produkte aus bäuerlicher Erzeugung und bringen diesen eine große Wertschätzung entgegen.

Hohes Qualitätsniveau

Gerade in der heutigen Zeit, wo Rückverfolgbarkeit und Herkunft der Produkte immer wichtiger werden, sollte der Einkauf in der Nähe beim Bauern eine besondere Rolle spielen. Dies hilft nicht nur dem einzelnen Landwirt selbst, sondern erhält eine lebendige, vielfältige und gesunde Region. Die Qualitätsprodukte heimischer Direktvermarkter stellen bei regionalen, landesweiten und bundesweiten Produktprämierungen für bäuerlich produzierte Lebensmittel immer wieder ihr hohes Qualitätsniveau unter Beweis.

Genaueres zu den Betrieben, deren Öffnungszeiten sowie den einzelnen Produkten gibt es unter www.gutesvombauernhof.at. Neben der Vielfalt an pflanzlichen Produkten findet man auf der Homepage noch viele andere Produkte, damit der Einkauf bei einem „Gutes vom Bauernhof“-Betrieb zu einem besonderen Erlebnis wird.

„Gutes vom Bauernhof“-App: mit dem Schmarkerl-Navis quer durch das Land unterwegs und jederzeit bereit, Köstlichkeiten zu entdecken. Einfach die gewünschten Produktgruppen auswählen und die App entdeckt die „Gutes vom Bauernhof“-Betriebe.



Gmunden

- 1 **Doblmaier Petra & Horst**
Langwiesweg 21, 4812 Pinsdorf
0664/8614334 | www.maurerhaus.at
- 2 **Familie Kirchgatterer**
Peiskam 38, 4694 Ohlsdorf
07612/47226
www.gemuese-kirchgatterer.at
- 3 **Prötsch Ulrike**
Lindacherstraße 2, 4661 Roitham
0681/81844188 | www.ulrikesbackstube.at
- 4 **Familie Puchinger**
Schlossgasse 2, 4664 Laakirchen
07612/70917
www.hoffladenpuchinger.jimdo.com
- 5 **Reisenberger Karin & Paul**
Unterthalham 5, 4694 Ohlsdorf
07612/47826 | gahof@gmx.at
- 6 **Spitzbart Michaela & Herbert**
Gmösersstraße 28, 4656 Kirchham
07619/2071 | herbert.spitzbart@aon.at
- 7 **Stockinger Monika & Herbert**
Thal 7, 4663 Laakirchen
07613/3116 | herbert.stockinger@yahoo.de

Kirchdorf

- 8 **Baldinger Gabriele & Roland**
Penzendorf 17, 4552 Wartberg/Krems
0676/821251634 | roland.baldinger@gmx.at
- 9 **Limberger Bettina & Reinhold**
Wimberg 55, 4542 Nußbach
0664/73344941 | bettinalimberger@aon.at
- 10 **Mayrhofer Theresia & Erwin**
Diepersdorf 20, 4552 Wartberg/Krems
07587/7371 | emayrhofer@aon.at
- 11 **Familie Peneder**
Dehenwang 12, 4550 Kremsmünster
07583/7101 | friedrich.peneder@gmx.at
- 12 **Polz Petra & Josef**
Edlbach 44, 4580 Windscharsten
07566/217 | www.knirschenhof.at
- 13 **Schreiner Barbara & Josef**
Egendorf 2, 4550 Kremsmünster
0650/8702353
schreiner.barbara@hotmail.com
- 14 **Familie Straßmayr**
Regau 14, 4550 Kremsmünster
07583/7545 | strassmayr@gmx.at

Wöckl Anneliese & Gottfried

- 15 **Wöckl Anneliese & Gottfried**
Sinzendorfer Straße 2, 4542 Nußbach
07587/86323 | woeckl@schmiedboeck.at
- 16 **Zauner Gerlinde & Thomas**
Natzberg 32, 4542 Nußbach
07587/8246 | zauner.pute@hotmail.com

Linz & Linzland

- 17 **Brandner Maria & Robert**
Winkling 3, 4484 Kronstorf
07225/8543 | www.mostschaenke-sacher.at
- 18 **Derflinger Ingrid & Johann**
Sipbach 7, 4055 Pucking
07229/79136 | derflinger.most@aon.at
- 19 **Eder Manuela & Armin**
Mühlbachstraße 70, 4063 Hörsching
0699/17999080 | ederhof@gmx.net
- 20 **Finner Leopold**
Piringerhofstraße 30, 4020 Linz
0732/943020 | leopold.finner@liwest.at



KARTE ONLINE
www.lustaufsland.at/landkarten

Marillenhof Gruber

- 21 **Marillenhof Gruber**
Ipftal 28, 4491 Niederneukirchen
0676/821251877 | www.marille-ab-hof.at
- 22 **Hirschvogel Wilfried**
Mittlere Kranhof Str. 14, 4062 Thening
07221/63041 | www.w-hirschvogel.at
- 23 **HOISLBAUER JOHANNA & JOSEF**
Niederfrauenleiten 21, 4490 St. Florian
07224/8476 | hoislbauer@aon.at
- 24 **Lederhäger Anneliese & Jürgen**
Guglberg 1, 4501 Neuhofen
0676/6892234 | www.brandleitnergut.at
- 25 **Leibetseder Benedikt**
Grünburgstraße 23, 4060 Leonding
0732/673388 | www.spargelhof-stoettinger.at
- 26 **Lughammer Hans**
Wagram 9, 4061 Pasching
0660/7268419 | www.kirchwegergut.at
- 27 **Metz Kürbischof**
Weilling 6, 4490 St. Florian
0732/380691 | www.kuerbischof-metz.at

Mistbacher Ursula

- 28 **Mistbacher Ursula**
Limesstraße 34, 4060 Leonding
0732/674874 | www.humer-z-reith.at
- 29 **Spargel Mühlberghuber**
Kronstorf 2, 4484 Kronstorf
0670/2053648
www.spargel-muehlberghuber.at
- 30 **Pevny Anna**
Ruprechtshofen 46
4491 Niederneukirchen
07224/7125 | www.bio-pevny.at

Rohrhuber Silvia & Herbert

- 31 **Rohrhuber Silvia & Herbert**
Mostweg 2, 4073 Wilhering
07221/64313 | www.rohrhuber.at
- 32 **Obstgut St. Isidor, Diözeseane Immobilienstiftung St. Isidor**
St. Isidor 10, 4060 Leonding
0732/678215 | antonschmid@gmx.at
- 33 **Stegmüller Irmgard & Johann**
Eiblswimmstraße 1, 4550 Kematen/Krems
07258/3281 | johann.stegmueller@gmx.at
- 34 **Familie Straßer**
Steggraben 6, 4491 Niederneukirchen
07224/8691 | www.biograberhof.at
- 35 **Familie Velechovsky**
Gaumberg 6, 4060 Leonding
0732/671954 | www.nussboeckgut.at/shop
- 36 **Weber Daniela & DI (FH) Roland**
Mitterbachhamer Straße 3, 4064 Oftring
0664/73440354 | www.steinhausergut.at
- 37 **Winkler Franz**
Eilbognersstraße 60, 4020 Linz
0732/380691 | ellbognergut@gmx.at

Wurm Irene

- 38 **Wurm Irene**
Weilling 10, 4490 St. Florian
07224/4387 | www.wurm.at

Steyr & Steyrland

- 39 **Auer Michael**
Steinwändweg 66, 4407 Steyr-Gleink
07222/71452 | gemuese.auer@gmx.at
- 40 **Danmayr Martin**
Weinstraße 20, 4493 Wolforn
07253/8542 | martin.danmayr@a1.net
- 41 **Holzner Franz**
Haagen 2, 4421 Aschach an der Steyr
0650/8403375 | www.genuss-am-hof.at
- 42 **Rogl Walburga & Josef**
Pachschallernstraße 9
4523 Neuzug bei Steyr
07259/3088 | www.roglspeck.at
- 43 **Familie Schedlberger**
Haagen 19, 4421 Aschach an der Steyr
07259/3503 | www.binderberg.at
- 44 **Familie Zehetner**
Eglmayrstraße 7, 4493 Wolforn
07252/38349 | www.nudelhof.at
- 45 **Familie Fuchsberger**
Oberndorf 4, 4623 Gunkskirchen
07246/6341 | www.dinkelmuesli.at
- 46 **Hollengut Hoffladen**
Weinberg 8, 4671 Neukirchen bei Lambach
07245/27032 | www.hollengut.at
- 47 **Huemers Mostschank**
Wimstraße 5
4654 Bad Wimsbach-Neydharting
07245/25747 | mostschank-huemergut@aon.at
- 48 **Huspek Daniela & Roland**
Sulzbach 6, 4632 Pichl bei Wels
07247/6621 | d.huspek@gmx.at

- 49 **Huspek Iris**
Hochwimm 1, 4632 Pichl bei Wels
0676/6108798 | iris.huspek@gmail.com
- 50 **Kempl Karin**
Niederprisching 10, 4615 Holzhausen
07243/57187 | www.landgaertner.at
- 51 **Neubauer Hermine & Karl**
Zelldorf 7, 4621 Sipbachzell
07240/8501 | www.bienenparadies.com
- 52 **Payrhuber Anna**
Pühret 8, 4672 Bachmanning
07245/26152 | pauline.payrhuber@gmail.com
- 53 **Riedlbauer Sabine & Peter**
Kropfing 3, 4650 Edt bei Lambach
07243/28896 | rosemarie@riedlb.net
- 54 **Familie Melanie & Ing. David Roitner**
Gödlinger Straße 21, 4631 Krenglbach
0664/2316409 | www.geymayr.at
- 55 **Steinger Franz**
Strassern 3, 4623 Gunkskirchen
0664/4119519 | www.leitnerhof-seit1323.at
- 56 **Steinmair Maria & Gerhard**
Welsersstraße 43, 4653 Eberstalzell
0676/9512246
gerhard.steinmair@gmail.com
- 57 **Stöttinger Monika & Franz**
Spöck 5, 4671 Neukirchen bei Lambach
07245/27740 | monika.stoettinger@aon.at
- 58 **Sturbmayr Johanna & Walter**
Stötten 2, 4671 Aichkirchen
07735/6018 | w.sturbmayr@a1.net
- 59 **Trommelschläger Bettina & Klaus**
Giering 12
4654 Bad Wimsbach-Neydharting
07245/25238 | klaus.tr@aon.at

Aus der Region: Pflanzliche Produkte

Oberösterreichs Direktvermarkter sorgen für die qualitative Erzeugung hochwertiger, pflanzlicher Produkte. Die Landkarte zeigt 46 Betriebe in Ihrer Nähe, die ihre Produkte unter der Qualitätsmarke „Gutes vom Bauernhof“ anbieten.

DATENQUELLE: WWW.GUTESVOMBauernhof.AT



Vielfalt bei pflanzlichen Produkten

Die Oberösterreichischen und Oberösterreich sind wieder auf den Geschmack gekommen – sie kaufen gerne regionale Produkte aus bäuerlicher Erzeugung und bringen diesen eine große Wertschätzung entgegen.

Hohes Qualitätsniveau

Gerade in der heutigen Zeit, wo Rückverfolgbarkeit und Herkunft der Produkte immer wichtiger werden, sollte der Einkauf in der Nähe beim Bauern eine besondere Rolle spielen. Dies hilft nicht nur dem einzelnen Landwirt selbst, sondern erhält eine lebendige, vielfältige und gesunde Region. Die Qualitätsprodukte heimischer Direktvermarkter stellen bei regionalen, landesweiten und bundesweiten Produktprämierungen für bäuerlich produzierte Lebensmittel immer wieder ihr hohes Qualitätsniveau unter Beweis.

Genaueres zu den Betrieben, deren Öffnungszeiten sowie den einzelnen Produkten gibt es unter www.gutesvombauernhof.at. Neben der Vielfalt an pflanzlichen Produkten findet man auf der Homepage noch viele andere Produkte, damit der Einkauf bei einem „Gutes vom Bauernhof“-Betrieb zu einem besonderen Erlebnis wird.

„Gutes vom Bauernhof“-App: mit dem Schmarkerl-Navi quer durch das Land unterwegs und jederzeit bereit, Köstlichkeiten zu entdecken. Einfach die gewünschten Produktgruppen auswählen und die App entdeckt die „Gutes vom Bauernhof“-Betriebe.



Legende



Freistadt

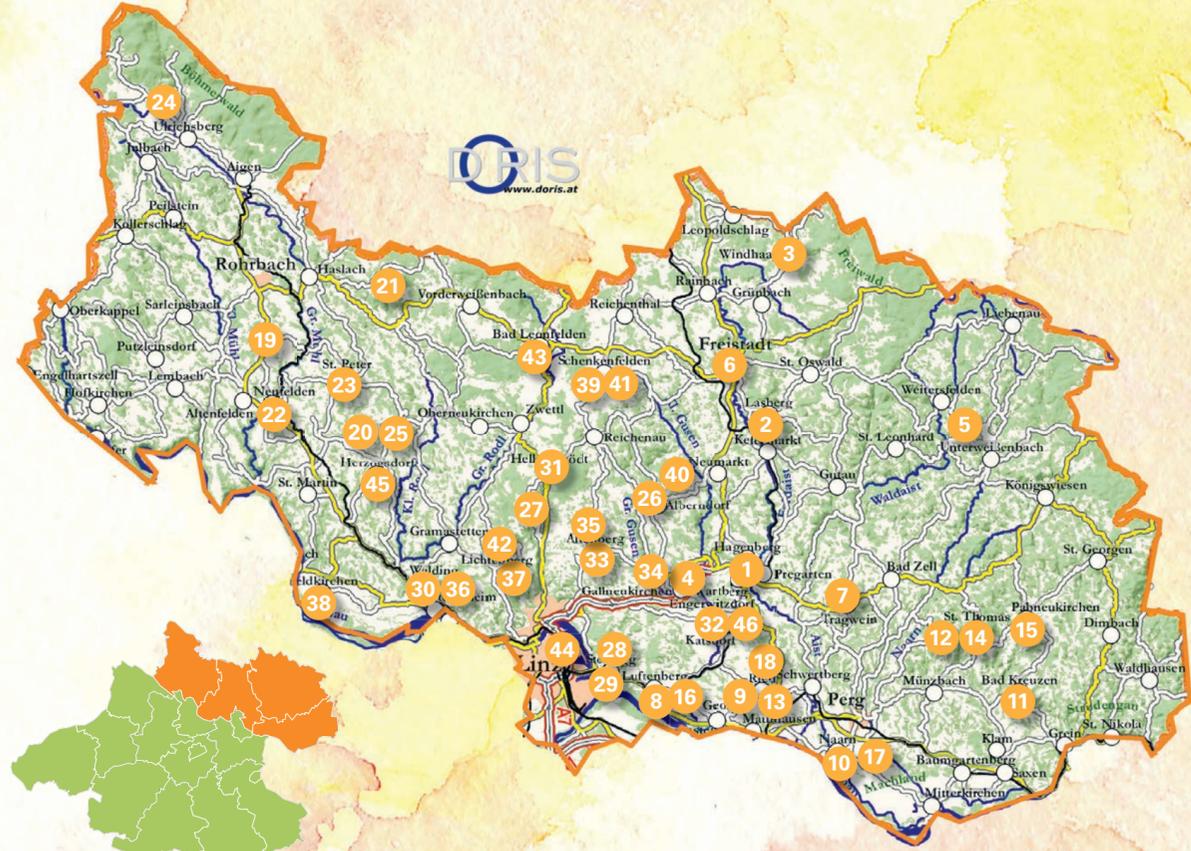
- Grüner-Mühlbacher Brigitte & Harald**
Mahrsdorf 6
4232 Hagenberg im Mühlkreis
0699/10775562 | www.mostschänke.at
- Innendorfer Erich & Painsi Ursula**
Grensberg 7, 4291 Lasberg
07947/7216
www.hofladen-rosstauscher.at
- Kastler Annemarie & Leopold**
Oberpaßberg 3
4263 Windhaag bei Freistadt
07943/252 | biohof.kastler@gmx.at
- Schützeneder Doris**
Angererweg 1, 4224 Wartberg ob der Aist
07236/7075 | hschuetzeneder@aon.at
- BioBrennerei & Biohof Thauerböck**
Silberberg 8, 4273 Kaltenberg
0664/1020999 | www.thauerboeck.com
- Wieser Angelina & Herbert**
Trölsberg 10, 4240 Freistadt
07942/73438 | wieser@outlook.at
- Familie Windischhofer**
Mistlberg 16, 4284 Tragwein
07263/88902 | franzwindischhofer@gmx.at

Perg

- Aistleitner Margit & Peter**
Statzing-Dorf 1, 4225 Luftenberg
07237/2322 | pm.aistleitner@direkt.at
- Familie Auer**
Hartl 31, 4312 Ried in der Riedmark
0676/821262073 | www.auer-martina.at
- Froschauer Brigitte & Andreas**
Laab 4, 4331 Naarn im Machland
0664/3960477 | www.aronia-froschauer.at
- Familie Gaßner Speck-Alm**
Lehen 15, 4362 Bad Kreuzen
07266/6261 | www.speck-alm.at
- Gruber Gertraud & Eduard**
Thomasreith 8, 4364 St. Thomas
07265/5361 | gerti-edi.gruber@aon.at
- Gumplmayr Rosa & Ernst**
Blindendorf 1
4312 Ried in der Riedmark
07238/2536 | www.freilandeier.net
- Hackl-Lehner Bernadette & Thomas**
Thomasreith 9
4364 St. Thomas
07265/5362 | zellhofer@epmail.at

- Klammer Josef**
Wetzelsberg 18, 4363 Pabneukirchen
07265/5675 | klammerjosef@gmail.com
- Peterseil Barbara & Stephan**
Bioobstbau Peterseil
Statzingerstraße 10, 4225 Luftenberg
0676/821252051 | www.bioapfel.com
- Familie Prinz**
Schönau 3, 4331 Naarn im Machland
0699/12906201 | prinz.f@gmx.at
- Wahl Petra & Dietmar**
Obenberg 5, 4312 Ried in der Riedmark
0676/7455662 | www.aigelsberger.at
- Egger Ingrid & Thomas**
Hölling 9, 4122 Arnreit
0664/1031960 | egger-fenzl@aon.at
- Rabeder Judith & Günther - farmgoodies**
Am Emerberg 12
4174 Niederwaldkirchen
07231/33555 | www.farmgoodies.net

Rohrbach



- Schietz Stefan**
Neuschlag 7, 4184 Afiesl
07216/4321
- Schmid Claudia & Michael**
Steinbruch 17, 4120 Neufelden
0676/7908328
freilandeier.schmid@gmail.com
- Stelzer Gabi & Thomas**
Auberg 21, 4171 St. Peter am Wimberg
07282/81847 | stelzer.th@aon.at
- Stummer Christine & Alfred**
Freundorf 21, 4163 Klaffer
07288/71070 | www.kraeuteralm.at
- Biohof Zauner**
Uttendorf 2
4174 Niederwaldkirchen
0699/17124150 | www.biohof-zauner.at
- Aufreiter Michaela & Johann**
Hadersdorf 1, 4211 Alberndorf
07235/7214
www.aufleben.at
- Birngruber Wolfgang**
Mitterdavidschlag 1, 4202 Kirchschlag
0664/2145375 | www.reissnhof.at
- Burger Florian**
Obenberg 40, 4221 Steyregg
0732/247550, biohof.burger@aon.at
- Feichtmayr Ingrid & Karl**
Götzelsdorf 3, 4221 Steyregg
0732/641321 | www.feichtmayr-abhof.at
- Familie Greiner**
Jörgensbühl 1, 4111 Walding
07234/87463 | www.waldinger-bauernbrot.at
- Gußner Elisabeth & Gottfried**
Sonnberg 98, 4202 Hellmonsödt
07212/6887 | www.aufdsunnsseitn.at
- Haider Johanna**
Gratz 4, 4209 Engerwitzdorf
07235/88636 | www.biohof-gratzer.at
- Hainzl-Eichhorn Christine**
Ramersdorf 3, 4203 Altenberg
07320/8750 | fam.hainzl@aon.at

KARTE ONLINE
www.lustaufsland.at/landkarten

- Mugrauer Leopoldine & Hermann**
Wirschenweg 4, 4211 Alberndorf
07235/7328 | andreaschwarz12@gmx.at
- Familie Schaumberger**
Lichtenstein 12, 4192 Schenkenfelden
0660/5426680 | www.schaumis-hof.at
- Schurm's Obsthof**
Wipflerbergstraße 40, 4040 Lichtenberg
07239/20350 | www.schurms.at
- Stumptner Lydia**
Schönau 11, 4190 Bad Leonfelden
0664/4372891 | www.wagnergut.at
- Theresiengut GmbH**
Hohe Straße 246, 4040 Linz
0732/732474 | www.theresiengut.at
- Leitner Gertrude & Johann**
Gramastettner Straße 10
4040 Lichtenberg
07239/6317 | www.leitner-ei.at
- Mahringer Marianne**
Lackener Straße 2
4101 Feldkirchen an der Donau
07232/2685 | mahringerfm@funk.at
- Manzenreiter Maria & Michael**
Hinterkönigsschlag 11, 4192 Schenkenfelden
07214/4660 | www.manzenreiter-hofbauer.at
- Zehethofer Elisabeth & Johann**
Zinggibing 6, 4209 Engerwitzdorf
07235/50080 | johann.zehethofer@yahoo.de

HANDWERK

Aus Draht geflochten

Was einst zur gewöhnlichen Winterarbeit auf den Höfen zählte, beherrscht heute kaum noch jemand: Drahtkörbe flechten. Das alte Handwerk würde aussterben, gäbe es nicht vereinzelte Idealisten.

GABI CACHA

Es heißt zwar flechten, doch genau genommen wird Draht um Draht gegeneinander verdreht, bis ein grobmaschiges Netz entsteht. Das sieht man, wenn man Alois Kühberger aus Eberschwang bei der Arbeit über die Schulter schaut. Geschickt verbindet der Innviertler Drahtreihe um Drahtreihe. Seine Finger sind flink – und geeicht: Schmerzhaft Blasen durch das Ziehen am Draht bekommt er nicht mehr. „Das habe ich schon hinter mir“, lacht der 67-Jährige, dessen Anfänge im Drahtkorbflechten schon 30 Jahre zurückliegen. „Aber ich hätte damals fast wieder aufgehört, weil mir die Finger so weh getan haben“, erinnert sich Kühberger.

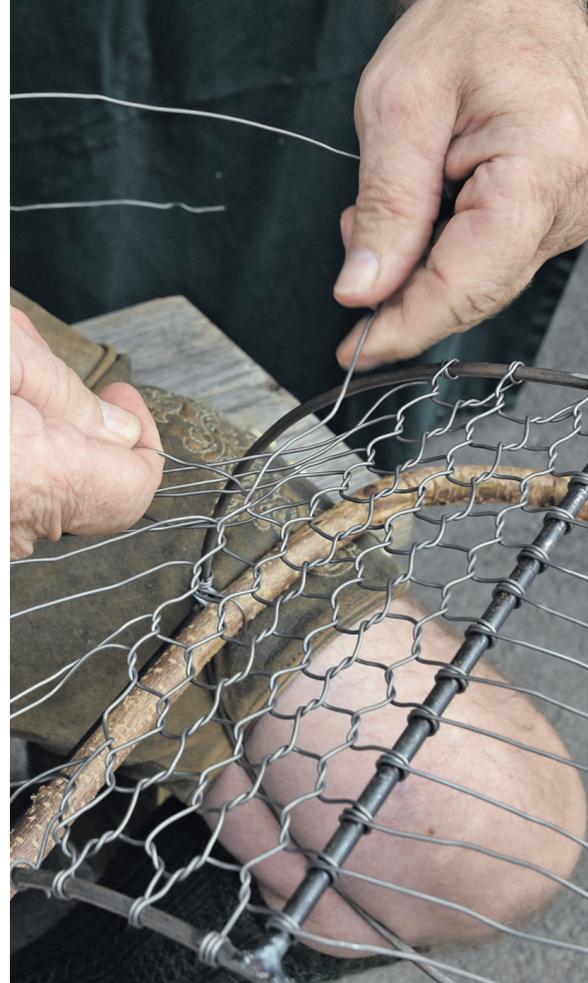
Er hat die alte Handwerkskunst auf einem Markt kennengelernt. Der damalige Aussteller hat seine Chance auf einen „Lehrling“ gleich gewittert und auch ergriffen. Heute ist Alois Kühberger es, der auf Märkten umringt wird, wenn er sich beim Drahtflechten zuschauen lässt. Und auch ihm ist es ein Anliegen, dass dieses Wissen nicht in Vergessenheit gerät und auch in Zukunft noch Drahtkörbe hergestellt werden, selbst wenn diese nicht mehr ihre ursprüngliche Funktion haben. Früher wurden die

Körbe – auch als „Drahtzega“ oder „Drahtzöger“ bekannt – vor allem zum Erdäpfelklauben verwendet. „Das war praktisch, weil die Erde gleich durchgefallen ist und man die Erdäpfel im Korb waschen konnte“, sagt Kühberger. Auch Obst oder Nüsse wurden gerne in Drahtkörben gesammelt. Heute werden die Körbe eher zu Dekorationszwecken verwendet oder mit Spezialitäten gefüllt verschenkt. Alois Kühberger hat daher auch verschiedene Größen und Formen in seinem Repertoire.

Ein Korb, viele Erinnerungen

Seine Kunden findet er auf Märkten und via Mundpropaganda. Am weitesten gereist ist jener Korb, den ihm ein ausgewandertes Landsmann abgekauft hat. „Er hat ihn als Kindheitserinnerung mit nach Australien genommen“, so Kühberger. Erinnerungen würden die Körbe bei vielen wecken, vor allem bei der älteren Generation. „Mir sind dadurch schon viele Lebensgeschichten erzählt worden“, schmunzelt der Innviertler, der früher als Schlosser gearbeitet hat.

Das Drahtgeflecht für einen Korb herzustellen dauert etwa einen Tag. Davor fertigt er das Rund-



Ein fortlaufender Draht wird wie beim Weben Reihe um Reihe mit den Querdrahten verdreht.

gestell an, das die Form des späteren Korbes vorgibt. Als Tragegriff dient der Zweig einer Haselnussstaude. Damit sich dieser in die gewünschte Form biegen lässt, muss er zur richtigen Zeit geschnitten werden. „Am besten im Frühjahr oder im Herbst“, so Kühberger. Noch arbeitet er selbst mit Freude an den Drahtmaschen. Die nächste Generation, die sich – und ihre Finger – an das Handwerk herantasten könnte, wäre mit Schwieger- und Enkelsohn bereits im Haus.



Alois Kühberger bei der Arbeit an einem „Erdäpfelzöger“. Seine Werke haben verschiedene Formen.

Rasante Bodenverbauung stoppen

Schauspieler Tobias Moretti und Star-Dirigent Franz Welsler-Möst bilden mit Kurt Weinberger, dem Vorstandsvorsitzenden der Österreichischen Hagelversicherung, eine Allianz gegen den rasanten Bodenverbrauch. Alleine in den letzten 20 Jahren sind 150.000 Hektar Agrarflächen durch Verbauung zerstört worden. Der tägliche Bodenverbrauch in Österreich liegt mit rund 13 Hektar weit über dem im Regierungsprogramm verankerten Ziel von maximal 2,5 Hektar.

Moretti, langjähriger Unterstützer der Bodenverbrauchskampagne, sieht die Versorgung mit regionalen Lebensmitteln gefährdet: „Besonders in Krisenzeiten legen Österreicherinnen und Österreicher zunehmend Augenmerk auf den Konsum regionaler Lebensmittel. Wir jedoch machen uns durch den hohen Flächenverbrauch in Österreich immer mehr von ausländischen Lieferanten abhängig.“ Welsler-Möst sieht in der Zerstörung der Böden durch Verbauung und der damit einhergehenden Verschandelung der Landschaft eine Gefährdung der Identität Österreichs: „Die Kultur Österreichs – die Musik, die Salzburger Festspiele aber auch die wunderschöne Landschaft – wird in der ganzen Welt geschätzt und geliebt. Sie ist ein Teil Österreichs und somit ein Teil



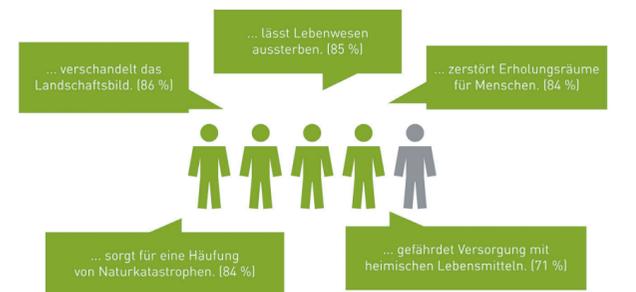
V. l.: Moretti, Weinberger, Welsler-Möst

jeder Österreicherin und jedes Österreichers.“ Weinberger abschließend: „Wenn der Bodenverbrauch so weiter-

geht wie in den letzten 20 Jahren, wird es in 200 Jahren in Österreich keine Agrarflächen mehr geben. Tag für Tag wird der systemrelevanten Landwirtschaft damit ein Teil der Produktionsgrundlage und unseren Kindern ein Teil der Zukunft verbaut.“ Abschließend betonten Moretti, Welsler-Möst und Weinberger, dass sie die Allianz „Stoppt Bodenvernichtung“ ins Leben gerufen haben, um zu verhindern, dass Österreich zu einer Beton- und Asphaltbrache wird.

Aktuelle Boku-Studie: Zunehmende Verbauung wird kritisch gesehen.

4 von 5 Österreicher sagen, Bodenverbrauch ...



Quelle: BOKU-Studie: „Regionale Lebensmittel und die heimische Landwirtschaft“ aus Sicht der österreichischer Konsumentinnen und Konsumenten“ (2018)
Die Österreichische Hagelversicherung

Gesunder Schlaf mit natürlichen Materialien

Wer gut geschlafen hat, fühlt sich wohl und kann energiegeladener in den Tag starten. Wer nicht gut geschlafen hat, nimmt die fehlende Erholung als Mangel wahr und fühlt sich müde oder erschöpft. Diesem Mangel kann man leicht entgegenwirken, denn die Schlaf- und Schlafzimmerexperten von der Tischlerei Bernegger wissen, wie man guten Schlaf unterstützt.



Peter Bernegger: „Am liebsten verwenden wir nachhaltige und regionale Produkte und Materialien.“



Bernegger fertigt individuelle Schlafzimmer für jeden Geschmack.

Natürlich, nachhaltig und regional

Wenn es um guten Schlaf geht, spielt auch das Holz eine wichtige Rolle. Deshalb werden bei Bernegger die positiven Eigenschaften von massivem Holz ganz bewusst eingesetzt. Der Duft der Zirbe zum Beispiel fördert den Schlaf. Neben der Zirbe sind auch andere Holzarten hervorragend fürs Schlafzimmer geeignet, wo sie für gesundes Raum-

klima sorgen und ihre entspannende Wirkung entfalten. Massives Holz sieht nicht nur schön aus, sondern unterstützt guten Schlaf. „Am liebsten verwenden wir nachhaltige und regionale Produkte und Materialien“, betont Peter Bernegger, der Anfang dieses Jahres die Geschäftsführung von seinem

Vater übernommen hat. Der erfolgreiche Familienbetrieb kombiniert jahrzehntelange Erfahrung mit traditionellem Handwerk, besten Materialien, individueller Planung und kreativen Lösungen.

Wer auf der Suche nach gutem Schlaf ist, beginnt bei Bernegger mit einem Rundgang im 400 Quad-

ratmeter großen Schauraum. Zudem besteht die Möglichkeit, auf der Firmen-Website bei einem virtuellen 360-Grad-Rundgang den Schauraum von zu Hause aus zu erkunden.

Termin-Tipp: Von Freitag, den 18. bis Montag, den 28. September 2020, gibt es wieder die Zirben-Aktionswoche. ANZEIGE

KONTAKT



Innenarchitektur - Tischlerei Bernegger GmbH
4564 Klaus 135
office@tischlerei-bernegger.at
Tel. 0 75 85/205
www.tischlerei-bernegger.at

ALLIANZ „STOPPT BODENVERNICHTUNG“ kämpft gegen das Zubetonieren unseres Landes

„Man braucht nie mehr von Kultur zu reden, wenn man die Kultur des eigenen Lebens und Lebensraumes vernichtet.“

► Tobias Moretti
Jahrhundert-Jedermann und Schauspieler



„Mit jedem Quadratmeter Boden, den wir unter Beton vergraben, stirbt auch ein Teil der Identität Österreichs.“

◀ Franz Welsler-Möst
Stardirigent



„Wir gefährden unsere Lebensmittelversorgung. Ein Land ohne Böden ist wie ein Mensch ohne Haut – nicht überlebensfähig.“

► Kurt Weinberger
Vorstandsvorsitzender
Österreichische Hagelversicherung



Wiesen und Äcker verschwinden unter Asphalt. Versorgung mit heimischen Lebensmitteln in Gefahr.

BROTLOS

Die Österreichische Hagelversicherung



Bei Neu- und Umbauten wird auf „Wintergärten“ gesetzt, um das Tierwohl zu verbessern. Besonders Truthühner nutzen diesen Außenklimabereich des Stalles sehr intensiv.



Ein Auslauf ins Freie ist in der Biohaltung verpflichtend. Eine ausschließliche Freilandhaltung gibt es in Österreich nicht, die Tiere brauchen vor allem in der kalten Jahreszeit einen Stall.



Die Brut der Putenküken dauert exakt 28 Tage. Der Schlupfprozess findet in der Brutmaschine statt, die Küken sind beim Herausnehmen trocken und fit.



Sobald die Öffnungen in der Früh aufgehen, geht es raus in den Wintergarten. Österreich ist das einzige EU-Land mit streng geregelten Haltungsanforderungen für Truthühner.



Im Stall werden erhöhte Ebenen angeboten, diese sogenannten „Aufsitzflächen“ kommen dem natürlichen Verhalten von Geflügel entgegen.



Bewusste Konsumenten greifen wieder vermehrt zu Fleisch von heimischen Truthühnern. Dieses steht für gekennzeichnete Qualität, gentechnikfreie Fütterung und Tierwohl. Billigimporte aus dem Ausland sowie hohe Tierschutzauflagen und damit hohe Produktionskosten haben in der Vergangenheit auf die Eigenversorgung gedrückt. Nun ist die Pute wieder im Aufwind.

REPORTAGE

Alles Gute für die Pute

Truthühner würden nicht ins Ausland gehen: In den heimischen Ställen geht es ihnen am besten. Ihr Fleisch ist bei Konsumenten zunehmend gefragt.

GABI CACHA

An die 450.000 Truthühner werden pro Jahr in Oberösterreich aufgezogen. Gemästet werden sowohl weibliche (Truthennen) als auch männliche Tiere (Truthähne), beim Endprodukt Fleisch wird nicht mehr nach Geschlecht unterschieden. Neben ungefähr 50 kleineren bis mittleren Direktvermarktern gibt es in Oberösterreich 35 Mastbetriebe, die Mitglied bei der Österreichischen Qualitätsgeflügelvereinigung sind. Im Schnitt hat jeder von ihnen gut 5000 Mastplätze. Ein Wert, der sich im internationalen Vergleich sehr bescheiden ausnimmt: Betriebe mit zigtausenden Tieren sind in anderen Ländern keine Seltenheit, Industriebetriebe in Osteuropa haben an einem Standort oft hunderttausende Truthühnermastplätze. Hierzulande liegt der Fokus auf Tierwohl und Qualität. Nur Österreich hat ein Tierschutzgesetz in der Truthühnermast innerhalb der EU. Dadurch kommt es aber auch zu einer gewaltigen Wettbewerbsverzerrung bei den Preisen im Handel. Kann der Konsument bei Frischfleisch im Supermarkt noch bewusst zur Ware aus Österreich – gekennzeichnet durch das AMA-Gütesiegel – greifen, so ist das in der Gastronomie und in

Gemeinschaftsverpflegungen nicht möglich, weshalb vonseiten der Landwirtschaft auf eine verpflichtende Herkunftskennzeichnung gepocht wird. Konsumenten assoziieren Truthahnfleisch mit fettarm und gesund, oft aber auch noch mit hohem Antibiotikaeinsatz. Dabei hat sich das Blatt längst gewendet und in Österreich der Einsatz von Antibiotika in den vergangenen Jahren um mehr als die Hälfte reduziert. Vermehrt wird nun mit Kräuterextrakten, Pro- und Präbiotika gearbeitet. Das einstige Image wird der heutigen Praxis nicht mehr gerecht. In Frankenburg im Bezirk Vöcklabruck befindet sich Österreichs einzige Putenbrüterei. Von dort werden die Küken innerhalb von 12 bis 36 Stunden nach dem Schlüpfen in klimatisierten Lkw zu den Mastbetrieben gebracht. Weibliche Tiere werden 15 Wochen gefüttert und mit einem Gewicht von etwa zehn Kilogramm geschlachtet, männliche Tiere 20 Wochen (circa 20 Kilogramm). Hauptfuttermittel sind Weizen, Mais und Soja – in Österreich ausschließlich in gentechnikfreier Form. In der Vertragsmast werden zwei bis vier Rassen eingesetzt, in den Ställen von Eigenversorgern und Direktvermarktern finden sich oft kleinere, langsam wachsende oder alte Rassen.



Übrigens: Bei Truten (Schweiz), Poggern (Burgenland), Indian (landläufige Bezeichnung), Truthahn und Pute (deutscher Sprachraum) handelt es sich stets um das gleiche Tier.



Die Eigenversorgung mit Putenfleisch liegt in Österreich aktuell bei 42 Prozent. Die Nachfrage nach heimischem Putenfleisch ist im Steigen, weshalb Landwirte, die in die Mast einsteigen wollen, gefragt sind.



Die gegrillten Putenstreifen auf Blattsalat sind längst ein Klassiker auf den heimischen Speisekarten und in jedem Wirtshaus zu haben. Woher das Fleisch kommt, das in der Gastronomie serviert wird, ist für den Konsumenten jedoch nicht ersichtlich.

REZEPTE ONLINE
www.lustaufland.at/
online-kochbuch



Putenroulade mit Apfelfüllung

Zutaten (für 4 Personen):
4 Stück Putenschnitzel, weißer Pfeffer, 1 EL Sonnenblumenöl, Zitronensaft, 2 Stück säuerliche Äpfel, Salz, Majoran, Thymian, unbehandelte Zitronenschale, 125 ml Wasser

Zubereitung:
Die Putenschnitzel leicht klopfen und mit Salz, Majoran, Thymian und weißem Pfeffer würzen. Die Äpfel waschen, entkernen, in Spalten schneiden und mit Zitronensaft, Majoran sowie Thymian würzen und gleichmäßig auf dem Fleisch verteilen. Die Seitenränder einschlagen, die Schnitzel eng einrollen und die Enden mit Zahnstochern fixieren. In Öl rundum anbraten, mit Wasser aufgießen und zugedeckt bei geringer Hitze dünsten. Zahnstocher entfernen, Roulade in Scheiben schneiden und mit Saft anrichten.

QUELLE: REGIONALE REZEPTE

„Unser oberstes Ziel: Niemanden im Regen stehen lassen!“

Im Interview erklärt Heinrich Schaller, Generaldirektor der Raiffeisenlandesbank Oberösterreich, was Raiffeisen Oberösterreich zu einem stabilen und verlässlichen Partner macht – gerade in schwierigen Zeiten.



„Rasche und unbürokratische Hilfe ist in Krisenzeiten entscheidend“, betont Schaller.

Herr Generaldirektor, Corona fordert die Wirtschaft und jeden Einzelnen nach wie vor. Wie sehen Sie die Rolle Ihrer Bank in dieser Zeit?

SCHALLER: Gerade im Kontext von COVID-19 zeigt sich die Stärke von Raiffeisen Oberösterreich. Besonders in der Krisenzeit wird deutlich, dass Werte wie Solidarität, Partnerschaft und Zusammenhalt, gegenseitiges Verständnis und Unterstützung die Basis für eine funktionierende Gesellschaft sind – allesamt Werte, die wir als Raiffeisen-Organisation seit jeher in den Mittelpunkt unserer Arbeit stellen. Wir sind persönlich vor Ort und tief in den Regionen verwurzelt, sind nahe bei den Kunden und kennen sie und ihre Bedürfnisse und Anforderungen. Unsere Aufgabe ist es, für Stabilität und Sicherheit zu sorgen.

Wie können Banken ihre Kunden in der aktuell schwierigen Zeit unterstützen?

In erster Linie gilt es, die Liquidität der Unternehmen zu sichern. Wir haben besonderes Know-how im Bereich Finanzierung und För-

derungen. Davon profitieren vor allem unsere Firmenkunden in der aktuellen Situation in besonderem Maße. Dort, wo es notwendig ist, werden auch Zinsen und Kreditrückzahlungen nach hinten geschoben. Wichtig ist sowohl bei Privat- als auch Firmenkunden, möglichst schnell und unbürokratisch zu helfen. Unser oberstes Ziel ist, niemanden im Regen stehen zu lassen.

Wie sieht diese Unterstützung konkret aus?

In der Raiffeisenbankengruppe OÖ haben wir etwa per Stand Mitte August mehr als 13.000 Kreditstundungen mit einem Volumen von 104,1 Millionen Euro abgewickelt und 2328 Anträge für Überbrückungshilfen der staatlichen Förderstellen mit einem Volumen

von mehr als 1,2 Milliarden Euro bearbeitet. Unabhängig von den COVID-Hilfen unterstützen wir jedoch auch gerade jetzt Neuinvestitionen. So hält Raiffeisen Oberösterreich laut aktuellem Bankenranking den größten Marktanteil bei erp-Krediten (Abkürzung von European Recovery Program = Europäisches Wiederaufbauprogramm) im 1. Halbjahr 2020 und ist damit die stärkste Förderbank Österreichs. Die starke Anfrage an erp-Krediten zeigt, dass österreichische Unternehmen auch in der Krise innovativ und mutig sind.

Welche Erkenntnisse aus der Krise nehmen Sie für die Zukunft mit?

Wichtig ist immer, aus einer Krise zu lernen. Wir haben in den letzten Wochen und Monaten bewiesen, dass Raiffeisen stets ein verlässlicher Partner ist und dass wir mit unserer Kundennähe und Betreuungsphilosophie zu jeder Zeit richtig liegen. Wir sind eine agile Organisation, die rasch auf Veränderungen reagiert und dabei große Schritte, zum Beispiel im Bereich der digitalen Zusammenarbeit, machen kann. Jetzt muss es gelingen, die entsprechenden Learnings aus der Krise zu ziehen und die Weiterentwicklung der vergangenen Monate konsequent fortzusetzen – ganz im Sinne unsere Mitarbeiter und Kunden. ANZEIGE

Ich WILL modern investieren.

Ich will WILL – Die digitale Vermögensverwaltung von Raiffeisen.

Zu beachten: Die digitale Vermögensverwaltung veranlagt an den internationalen Geld- und Kapitalmärkten und unterliegt damit marktbedingten Kursschwankungen. Je nach gewählter Veranlagungsstrategie ergeben sich unterschiedliche Chancen- und Risikoprofile.

www.raiffeisen-ooe.at/will

Raiffeisen Meine Bank



GARTEN

Vorbereitet in den Winterschlaf

Im Herbst gilt es die letzten kräftigen Sonnenstrahlen zu nutzen und Vorbereitungen für die kalte Jahreszeit zu treffen. Von der Ernte im September bis zum Frostschutz kurz vor Wintereinbruch – im Garten gibt's viel zu tun.

ELISABETH HASL

Bevor es in den wohlverdienten Winterschlaf für Natur und Gärtner geht, steht noch eine betriebsame Zeit an. Gerade im Herbstgarten muss noch viel erledigt werden, damit auch im kommenden Jahr das hauseigene kleine Paradies in frischem Grün und mit neuer Kraft erwacht.

September – die letzten warmen Sonnenstrahlen nutzen

Am 1. September hat der meteorologische Herbst begonnen – mag es auch witterungsmäßig oft nicht so scheinen. Häufig beschert der Altweibersommer Gartenfreunden noch einmal eine große Portion Wärme, die es auf jeden Fall zu nutzen gilt, denn es gibt viel zu tun und zu ernten. Insbesondere beim Kernobst ist jetzt Haupterntezeit. Ob die Äpfel und Birnen reif sind, erkennt man mittels „Drehtest“. „Dazu die Frucht anheben und drehen. Geht der Fruchtstiel leicht herunter, ist sie reif zum Verzehr oder zur Lagerung“, erklärt Johannes Hofmüller, Landesgärtnermeister von Oberösterreich.

Auch Fallobst ebenso wie zu Boden gefallenes Laub gilt es nun aufzusammeln. Beides kann mit gesundem Pflanzenmaterial kompostiert werden. Doch aufgepasst: Um nicht Scharen von Insekten anzulocken, Obst niemals obenauf liegen lassen,



Ein Hochbeet ist ein Zugewinn für jeden Garten.

sondern mit trockenem, strohigem Material bedecken. Wer nicht mehr weiß, wohin mit den Gartenabfällen, der sollte überlegen ein Hochbeet anzulegen. Neben der sinnvollen Verwertung von überschüssigem Pflanzenmaterial bietet dieses auch diverse andere Vorteile:

- angenehme Körperhaltung, kein Bücken
- Schutz vor Schnecken und Nagern
- schneller Pflanzenwuchs durch natürliche Wärme und nährstoffreiche Erde
- ergiebigere Ernte
- toller Blickfang

Zu Monatsende ist schließlich auch der Zeitpunkt gekommen, um immergrüne Laubgehölz-Hecken zu stutzen. Auch zum Bluten neigende Laubbäume wie die Walnuss sollten geschnitten werden, da Ende September nur wenig Saft austritt und die Wunden noch vor dem Winter verheilen können.

Des Weiteren empfiehlt Hofmüller abgeerntete Gartenbeete mit Wintergemüse zu bepflanzen. „Es gibt eine Reihe von Gemüsearten wie Grünkohl, Asia-Salate und Kohlsprossen, die den Winterfrösten trotzen. So hat man auch in der kalten Jahreszeit ‚Wintamine‘ aus dem eigenen Garten.“

Oktober – heute pflanzen, morgen an Blumen und Bäumen erfreuen

Im goldenen Oktober ist Aufräumen angesagt. Der Rasen gehört ein letztes Mal gemäht. Außerdem muss er unbedingt vom Laub befreit werden – ansonsten riskiert man braune Flecken durch Fäulnis.

Der zehnte Monat des Jahres ist aber auch prädestiniert zum Pflanzen von Obstbäumen. Auch hier hat Hofmüller einige hilfreiche Tipps: „Das ausgehobene Pflanzloch sollte mindestens einhalb bis zweimal so groß wie der Kübel sein. Auch das Auslegen der Pflanzgrube mit Wühlmausgitter ist von Vorteil. So haben die kleinen Nager keine Chance.“ Beim Auffüllen des Lochs durch eine Mischung aus abgereiftem Kompost und ausgehobener Erde

ÜBER DIE WINTERMONATE

Auch wenn Müßiggang angesagt ist, so ganz aus den Augen lassen sollte man den Garten von Dezember bis Februar nicht.

Hier eine kleine To-do-Liste für die Winterzeit:

- immergrüne Pflanzen gießen (alle zwei Wochen)
- schneebruchgefährdete Pflanzen binden
- Wintergemüse laufend ernten
- Futterstellen für Vögel aufbauen und betreuen
- Schneelast entfernen
- Gewächshaus reinigen
- Gartenwerkzeug putzen und in Schuss bringen
- Chicorée ziehen
- ab den ersten frostfreien Tagen Bäume schneiden

rät der Experte darauf achtzugeben, dass die Veredelungsstelle eben mit der Erde abschließt.

Auch die Frühlingsblüher müssen nun in den Boden. Sie werden am besten in Gruppen und im Abstand der Zwiebelgröße zur Erdoberfläche gesetzt.

Zentrale Aufgabe im November: Der Schutz vor Kälte und Frost

Wenn die Tage zusehends kürzer werden, Nebel übers Land zieht und Kälte vom Winter kündigt, steht Frostschutz am Plan. Rosen etwa werden mit Erde oder Kompost angehäufelt, sodass die empfindliche Veredelungsstelle gut bedeckt ist. Zusätzlich können sie mittels Reisig oder Winterschutzfließ abgedeckt werden. Besonders Letzteres darf aber nicht so eng gezogen werden, dass die Pflanze keine Luft mehr bekommt. „Außerdem sollte man abgefallenes Laub ringsherum entfernen. So kann man Pilzkrankheiten wie dem Sternrusstau vorbeugen“, sagt Hofmüller. Der Bildung von Frostrissen an Obstbäumen kann durch Auftragen eines weißen Kalkanstrichs präventiv entgegengewirkt werden.

Letztlich gilt es aber nicht nur die Pflanzen vor der Kälte zu schützen. Daher nicht vergessen: Wasserleitungen abdrehen und Gartenschläuche aufgerollt und frostfrei lagern.

GEWINNSPIEL

Leser der Lust aufs Land können gewinnen:

5-mal „Genau so geht Bio-Garten“



Mitmachen unter www.lustaufsland.at/gewinnspiele oder eine Postkarte an: Lust aufs Land, Harrachstraße 12, 4020 Linz, Kennwort: „Herbstlektüre“, Teilnahmechluss: 27. September 2020

Name und Adresse angeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erklärt sich der Teilnehmer bereit, dass die von ihm zur Verfügung gestellten Daten von „Lust aufs Land“ zur Abwicklung des Gewinnspiels verwendet werden. Nähere Informationen zum Datenschutz unter www.lustaufsland.at

Welcher Baum passt in meinen Garten?

In der Gartengestaltung sind Bäume ein wichtiger Bestandteil und deshalb nicht mehr wegzudenken. Sie verleihen dem Garten einen einzigartigen und unverkennbaren Charakter. Damit der Hausbaum eine Bereicherung ist und auch bleibt, sind einige grundlegende Überlegungen anzustellen und individuell zu beantworten.

Frühjahr, die schönen Blätter im Sommer, dekorative Früchte im Herbst und eine malerische Wuchsform im Winter. Der Jahreszyklus wird dadurch für uns Menschen spürbarer.

Richtige Standortwahl und Nutzen

Eine entscheidende Frage ist, wo der Baum stehen soll und ob er für einen bestimmten Zweck vorgesehen ist. Soll er Schatten spenden oder vor fremden Blicken schützen? Möchte man mit der Pflanzung von Bäumen einen Bereich abgrenzen oder neue Räume definieren? Soll er in der Nähe der Terrasse stehen oder als Attraktion im Vorgarten beeindrucken? Gut möglich, dass ein Baum auch mehrere Funktionen gleichzeitig erfüllen soll. Abhängig von diesen Fragen ist die Wahl der Baumart. Für einen Baum in Fensternähe bietet sich an, eine laubabwerfende Art zu wählen. Im Sommer sind die Blätter ein natürlicher Schattenspender, aber im Winter kann, wenn die Äste unbelaubt sind, ungehindert Licht in die Wohnräume fallen. Für einen beschatteten Sitzplatz, von dem man aber trotzdem freie Sicht in den Garten genießen kann,



Ein Baum verleiht dem Garten einen unverkennbaren Charakter.

sind Bäume mit hochangesetzter Krone zu bevorzugen.

Platzbedarf und Größenentwicklung

Wurde der Nutzen des Baumes definiert und der Standort gewählt, ist im weiteren Schritt der Platzbedarf und somit die Baumgröße entscheidend. Von Anfang an müssen endgültige Wuchshöhe, Wuchsform und Kronenbreite mitberücksich-

tigt werden. Ansonsten kann es im Laufe der Jahre zu bösen Überraschungen kommen. Ein Baum, der zu nahe am Haus gepflanzt wird, kann sich nicht optimal entwickeln und in weiterer Folge auch erhebliche Schäden verursachen. Die nötigen Schnitt- und Pflegemaßnahmen können nicht nur sehr kostspielig sein, sondern auch die Baumgesundheit beeinträchtigen. Zudem sollte auch ein Abstand zum Nach-

bargrundstück eingehalten werden. Nicht jeder Nachbar erfreut sich an den Ästen und Früchten, die zu ihm hinübertagen. Für den Hausgarten sind vor allem Baumarten, die zu der Gruppe der Kleinbäume gezählt werden und nur zwei bis zehn Meter hoch werden, empfehlenswert.

Bodenansprüche und Standort beachten

Jeder Baum hat bestimmte Bedürfnisse und Ansprüche. Der eine bevorzugt Sonne und einen trockenen Standort, der andere gedeiht am besten im Schatten. Um für ideale Wachstumsbedingungen zu sorgen, muss auf die jeweiligen Standort- und Bodenansprüche Rücksicht genommen werden. Dies ist auch eine Voraussetzung für die Pflegeleichtigkeit des Baumes. Ein Baum, der sich an seinem Standort nicht „wohl fühlt“, bereitet zusätzlich Arbeit. ANZEIGE

KONTAKT

21-mal direkt vor Ort in OÖ: Maschinering Oberösterreich Service eGen, Auf der Gugl 3, 4021 Linz, Tel. 05/90 60-400, www.maschinering.at, blogoo.maschinering.at

#miteinander OÖ

Nah versorgt. Sicher versorgt.

Fleischer, Bäcker, Obst- und Gemüsebauern. Unsere Lebensmittelproduzenten sorgen auch in Krisenzeiten für einen Einkaufskorb voller regionaler Produkte. Du kannst sie unterstützen. Mit einem Einkauf beim regionalen Nahversorger.

VIVATIS

— SO SCHMECKT ÖSTERREICH! —

STARKE MARKEN. STARKES LAND.

Die VIVATIS-Gruppe aus Linz macht aus über 100 Millionen Kilogramm österreichischem Fleisch, Obst, Gemüse und Milch pro Jahr Österreichs beliebteste Marken. Das sichert die regionale Wertschöpfung im Land – von den Rohstoffen über die Verarbeitung bis hin zur Transportlogistik und der Verwertung anfallender Nebenprodukte.

Danke an alle unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!



NATUR

Die Früchte des Waldes



Buntes Laub sowie allerhand Nüsse, Früchte und Samen machen den Herbstwald zu einer bunten Spielwiese für Menschen und Tiere. Es gibt viel zu entdecken und zu lernen.

ELISABETH HASL

Bäume sind die Lunge der Erde. Sie binden das Treibhausgas Kohlendioxid (CO₂) und wandeln einen Teil – pro Jahr sind es ganze 130 Kilogramm – in Sauerstoff um. Grund genug ihnen etwas mehr Aufmerksamkeit zu schenken.

Denn mitunter fällt es den Menschen heute immer schwerer den Baum, den sie vor sich haben, beim Namen zu nennen. Erst recht wenn sie nur ein Blatt, einen Samen oder eine Frucht zur Verfügung haben.

Auch die Unterscheidung von Laub- und Nadelbäumen ist nicht immer klar. Dabei ist sie relativ simpel.

Die Nadelbäume, auch Koniferen genannt, besitzen schmale, spitze und mit Ausnahme der Lärche immergrüne Blätter, genannt Nadeln. Da sie zur Familie der Nacktsamer gehören, sind ihre Fruchtblätter nicht ganz geschlossen, sodass die Samenanlagen ungeschützt sind. Im Grunde liegen die fertigen, geflügelten Samen frei auf den Zapfenschuppen.

Für Laubbäume charakteristisch sind dagegen große, flache, mit Adern durchzogene Blätter. Zudem zählen sie mit wenigen Ausnahmen zur Familie der Bedecktsamer. Also Pflanzen, bei denen die Samenanlagen im Fruchtknoten eingeschlossen sind.

Nach der Bestäubung entsteht daraus die Frucht. Das kann dann eine Nuss wie bei der Buche, der Hasel- oder der Walnuss sein. Aber auch Apfelfrüchte wie bei der Eberesche beziehungsweise, Spaltfrüchte, wie sie die Ahorn hat, sind möglich.



EIBE hat dunkelgrüne, weiche, flache Nadeln. Das Bemerkenswerte an ihr sind aber die erst grün-ummantelten Samen, die später leuchtend rot werden.



KASTANIE kennzeichnet sich durch ein handförmig gefedertes Blatt. Die braun-glänzenden Früchte sind anfangs von einer Schale mit Stacheln umgeben.



LINDE trägt kugelrunde Früchte. Sie entstehen aus den weißen Blütenknospen. Das Blatt ist oval bis herzförmig und an der Unterseite deutlich heller.



EICHE erkennt man im Herbst am rot-goldenen Laub. Das Blatt selbst weist vier bis fünf Lappen auf. Die Eicheln sind oval und haben eine Kappe.



AHORN Die Blätter des Ahorn sehen mit etwas Fantasie wie eine Hand aus. Charakteristisch an den Früchten sind ihre beigen Flügel.



SCHWARZERLE bildet – für einen Laubbaum ungewöhnlich – kleine schwarze Zapfen. Das Blatt ist rund, am Rand gesägt und hat keine Blattspitze.



HASELNUSS Die Nüsse sind erst grün, später braun und ragen aus einem Fruchtbecher hervor. Das Blatt ist eiförmig, gezähnt und läuft spitz zu.



FICHTE besitzt immergrüne, spitz-stechende Nadeln. Ihre Zapfen sind holzbraun, circa handgroß und enthalten die geflügelten Samen.



WALNUS Das Blatt besteht aus gegenständigen Fiederblättern. Die Walnuss selbst ist von einer grünen Schale umgeben, die später aufplatzt.



EBERESCHE erkennt man bereits von Weitem durch ihre leuchtend roten doldenbildenden Früchte. Ihr Blatt besteht aus länglichen Fiederblättern.



LÄRCH verliert als einziger Nadelbaum ihre weichen, in Büscheln angeordneten Nadeln. Ihre Zapfen sind oval und sitzen aufrecht am Zweig.



ROTBUCHE bildet in einer Kapsel, die später aufspringt, die dreieckigen, braunen Bucheckern aus. Ihr Blatt ist oval, spitz zulaufend und behaart.

Etwa fünf Prozent aller Kinder leiden unter ADHS. Als Ursache wird ein komplexes Zusammenspiel zwischen Genetik und Umweltbedingungen angenommen.

KINDER

Wenn Philipp nur zappelt

Der Schulbeginn steht vor der Tür. Für Kinder, die nur schwer ruhig sitzen und sich konzentrieren können, kann der Unterricht eine Herausforderung darstellen. Eine solche ist auch der Weg bis zu einer ADHS-Diagnose.

GABI CACHA



FOTO: INALCE FOTODISCAL - STOCK-ANDRE.COM

Im Volksmund war es einst der „Zappelphilipp“, der nicht still sitzen konnte, oder der stets unaufmerksame „Hans-Guck-in-die-Luft“: Beide sind bekannt aus dem Buch „Struwwelpeter“, das Kindern gar abschreckende Figuren vor Augen halten sollte. Heute gibt es mit ADHS einen Begriff, der längst in aller Munde ist und das Verhalten nicht mehr als Unart, sondern als Krankheit beschreibt. „Aufmerksamkeits-Defizit-Hyper-

aktivitäts-Syndrom“ heißt es korrekt in der Langversion, das es – ohne damit einhergehende Hyperaktivität – auch als „Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom“ (ADS) gibt. Eine ADHS-Diagnose zu stellen ist nicht so einfach, betroffene Familien haben oft einen langen Leidensweg hinter sich.

Ein ebenso weites Feld sind Konzentrationsstörungen bei Kindern. „Konzentrationschwierigkeiten können jedes Kind treffen“, sagt Michaela Packy,

klinische Psychologin am Institut für Entwicklungsdiagnostik des OÖ Hilfswerks. Dieses ist auf Lernstörungen spezialisiert und bietet Diagnose, Therapie und Beratung für betroffene Kinder und deren Eltern an. Konzentrationsstörungen gehen oft Hand in Hand mit Lernstörungen wie etwa die Lese-Rechtschreib-Schwäche oder die Rechenschwäche (Dyskalkulie). Wichtig sei, etwa beim Umstieg vom Kindergarten in die Schule, mit den Kindern von Anfang an

ein entsprechendes Arbeitsverhalten aufzubauen. „Wichtig ist die Pausengestaltung und die Länge der Übungszeiten“, sagt Packy und verweist auf die altersabhängigen maximalen Konzentrationsspannen (siehe Infokasten). Genauso müsse darauf geachtet werden, dass die Grundbedürfnisse eines Kindes gedeckt sind. „Ausreichend Schlaf, eine ausgewogene Ernährung und dass der kindliche Bewegungsdrang ausgelebt werden kann“, fasst Packy zusammen. Bei älteren Kindern komme noch ein kontrollierter Medienkonsum dazu.

„Kinder sind lebhaft und unterschiedlich. Auffällig werden sie meist in der Volksschule“, sagt Packy. Eltern hätten jedoch meist schon früher ein Gespür dafür, dass das Verhalten ihrer Kinder gewisse Grenzen überschreite. Die Frage, ob auffälliges Verhalten in punkto Aufmerksamkeit und Konzentration früher weniger häufig aufgetreten ist als heutzutage, sei schwierig zu beantworten, so die Expertin. „Solche Kinder hat es früher auch gegeben, aber es war halt weniger Thema“, sagt Packy. Der häufigeren Diagnose heute stehen auch andere Lebensumstände früher gegenüber: Mehr Bewegung im Freien etwa oder die Abwesenheit von Handy, Internet & Co. Vieles muss heutzutage einfach schnell gehen, parallel dazu lenken aber unterschiedliche Reize ständig ab.

So wie bei vielen anderen Krankheiten und Beschwerden gibt es auch beim Thema ADHS alternative Ansätze. Dafür, dass die Krankheit durch bestimmte Ernährungsweisen positiv beeinflusst werden kann, gibt es bislang keine überzeugenden Nachweise. Zucker sowie künstliche Aroma-, Farb- und Konservierungsstoffe geraten in dem Zusammenhang immer wieder ins Visier. „Eine ADHS-Diät gibt es nach aktuellem Wissensstand nicht“, sagt Birgit Brunner, Diätologin bei Proges, einem Verein für prophylaktische Gesundheitsförderung. Aufgrund diverser Studien und Erfahrungsberichte könnten jedoch folgende Empfehlungen gegeben werden:

- Auf wenig verarbeitete, frisch zubereitete Lebensmittel, möglichst ohne Zusatzstoffe, achten.
- Frisches Obst und Gemüse essen, wenig zuckerreiche Lebensmittel und Getränke konsumieren.
- Omega-3-Fettsäuren über Meeresfische, Nüsse, Samen und pflanzliche Öle (zum Beispiel Rapsöl, Leinöl) aufnehmen.
- Ärztlich abklären, ob ein Eisen-, Magnesium- oder Zinkmangel vorliegt.

Ebenso sollte auf eine ausreichende Vitamin-D-Versorgung geachtet werden: Regelmäßig an die frische Luft gehen, Sonneneinstrahlung auf die Haut, Verzehr von fetten Fischen, Eidotter und Pilzen. „Andenken könnte man auch eine oligoantigene Ernährung. Das heißt, man lässt alle Lebensmittel weg, die erfahrungsgemäß Unverträglichkeiten auslösen können“, sagt Brunner. „dabei sollte man sich aber durch eine Diätologin begleiten lassen, um Nährstoffdefizite zu vermeiden.“

Gesunde Jause von zu Hause

Sandra Stelzlmüller, Diätologin in der Abteilung Gesundheit des Landes OÖ, betont, dass es sich beim häufig zitierten Zusammenspiel von ADHS und Zucker lediglich um einen hartnäckigen Mythos handle. Als Grundsatz für sämtliche „Allergie-Diäten“, bei denen etwas weggelassen wird, gelte: „Wenn etwas nicht ganz klar einen Vorteil bringt, sollte man sehr vorsichtig sein.“ Spezielle Diäten sollten nur unter ärztlicher Aufsicht gemacht werden. Generell empfiehlt sie eine gesunde Ernährung nach der bekannten Ernährungspyramide. „Laut Weltgesundheitsorganisation wird empfohlen, maximal zehn Prozent der täglichen Energiemenge in Form von Zucker zu konsumieren“, sagt Stelzlmüller. Viel getan sei auch bereits mit einer täglichen Schulkjause, die sich an die „großen Vier“ halte: ein Getreideprodukt (am besten Vollkorn), eine Eiweißquelle (etwa ein Milchprodukt), Obst oder Gemüse und dazu ein kalorienfreies Getränk. „Die Kombination aus komplexen Kohlenhydraten und Eiweiß fördert die Konzentration“, so Stelzlmüller. Vorbeugen ist eben besser als heilen.

KURZE KONZENTRATION

- Konzentrationsspanne von Kindern ohne ADHS:
- 5- bis 7-Jährige: 15 Minuten
 - 7- bis 10-Jährige: 20 Minuten
 - 10- bis 12-Jährige: 25 Minuten
 - 12- bis 15-Jährige: 30 Minuten
- Bei ADHS-betroffenen Kindern ist die Spanne je nach Ausprägung des Defizits nochmals deutlich geringer. Je früher eine Pause eingelegt wird, desto höher ist der Erholungswert.

#miteinander OÖ



Foto: iStock.com/Yulien Skova



LANDESHAUPTMANN-STV.
GESUNDHEIT · BILDUNG · FRAUEN



www.gesundheitslandesraetin.at

GEWINNSPIEL: LUSTaufsLAND

„Milch ist kuhl“

Schulmilchprodukte von den OÖ Schulmilchbauern für 2 Schulklassen im Wert von je € 380,-

Teilnehmen können Schulklassen aus der Volksschule (6-10 Jahre) und Unterstufe AHS und NMS (10-14 Jahre)

Kriterien:

- Gestaltung einer Collage oder Zeichnung rund um das Maskottchen des Schulmilchprogramms (Kuh-Bild herunterladen auf: www.lustaufsland.at/gewinnspiel-milch)
- Pro Klasse darf eine Collage bzw. Zeichnung eingereicht werden



Einsendungen bis 14. Oktober an:

Lust aufs Land
Harrachstraße 12, 4020 Linz

Die Gewinner werden von einer unabhängigen Jury ausgewählt.

AB 11. SEPTEMBER
IM ZEITSCHRIFTEN-
HANDEL
ERHÄLTlich

UNSER
SALZKAMMERGUT



Modische Herbstgefühle bei Fussl

Die neue Herbstmode sorgt für ein positives Lebensgefühl. Die Natur spielt mit warmen Farbtönen und das spiegelt sich in den Kollektionen wider: Brauntöne von Kaffee bis Beige, sanfte Grüntöne, Ziegelrot und Gelbnuancen, spannend wird es im Mix mit frechen Farbtönen, die den Look aufbrechen. Bei den Materia-

lien stehen Komfort und weicher Griff im Mittelpunkt. Velour-optik, Cord, Strick und Jersey liegen im Trend.

Kleider sind immer „in“

Röcke und Kleider von kurz bis lang dürfen diesen Herbst auf keinen Fall fehlen und sorgen

im Handumdrehen für ein schickes Styling für die eine oder andere Festlichkeit. Hosen zeigen sich in eher schmalen Varianten, Jersey oder Stretch sorgen für Bequemlichkeit. Bei den Mustern liegen Karos, Streifen, Ethnoelemente und florale Muster im Trend.

Sportliche Gemütlichkeit

Lässige Kombinationen sind bei den Männern im Herbst gefragt. Karohemden werden zu Jeans kombiniert und ein Steppgilet hält wunderbar warm. Farben wie Gelb, Rot und Grün setzen Akzente und passen perfekt zu den Basics Dunkelblau und Grau.

Kindermode, die Spaß macht

Die neue Kindermode sorgt mit einem fröhlichen Farbenspiel für gute Laune. Gelb, Pink, Weinrot, Blau und ein dunkles Türkis setzen Farbakzente, kombiniert wird mit Dunkelblau, Olivgrün und Grautönen. Bei Shirts und Sweater für die Kleinen sind witzige Motive, Schriftzüge und freche Details wie Wendepail-



Florale Muster und fröhliche Farben geben diesen Herbst den Ton an.



Der Herbst steht in den Startlöchern. Modisch gesehen wird er mit passenden Farben begrüßt – zum Beispiel mit Braun, Rot, Grün oder Gelb.



letten und Applikationen angesagt.

Bequeme Materialien

Bei den Teenagern darf es etwas ruhiger und lässiger sein. Bequeme Materialmischungen sorgen bei Jeans und Hosen für großen Komfort. Neu bei den Jungs sind coole Car-

gojeans zum Kapuzensweater. Mädchen lieben Leggings oder Hosen im Joggingstil. Auch Kleider sind diesen Herbst super bequem aus Jersey oder Strick, mal frech und witzig, mal schick.

Die schönsten Trends für Kinder und Jugendliche von 0 bis 16 Jahren gibt's in der Fussl Modestraße.

WERBUNG



1 | A.PUNTO
SWEATER | 19,99
(GR. 92-128)
ROCK | 12,99
(GR. 92-128)

2 | A.PUNTO
KLEID | 15,99
(GR. 92-128)

3 | HYDRO
SHIRT | 17,99
(GR. 92-128)
JOGGPANTS | 19,99
(GR. 92-128)

Gönn' dir was Schönes!
FUSSL
Modestraße

FUSSL.AT