

# LUST *auf's* LAND

## Zeit der Vorfreude

Jetzt beginnt die stillste Zeit im Jahr. Doch bis Weihnachten gibt es noch viel zu tun: Geschenke besorgen, mit den Kindern Kekse backen und dem Christkind schreiben. **AB SEITE 20**

Ausgabe XVIII/2022 | 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 | www.lustaufsland.at

GENAU GESCHAUT

### Preiskampf

Wie Eigenmarken zu einem mächtigen Werkzeug des Handels geworden sind. **SEITE 2**

GESUNDHEIT

### Immunsystem

Was man alles tun kann, um fit und aktiv über den Winter zu kommen. **SEITE 8**

LEBEN

### Bioökonomie

Warum fossile Energie durch nachwachsende Rohstoffe ersetzt werden muss. **SEITE 14**

REPORTAGE

### Waldland

Ein Ort der Erholung, in dem ein begehrter, nachhaltiger Rohstoff wächst. **SEITE 18**

GENAU GESCHAUT

# (Preis)kampf im Regal

Eigenmarken sind zu einem mächtigen Werkzeug des Handels geworden. Damit werden Hersteller unter Druck gesetzt und Produzenten austauschbar.

THOMAS MURSCH-EDLMAYR

Beginn des letzten Jahrhunderts war der Handel Erfüllungshelfer. Danach ist die Marketingführerschaft von der Industrie mehr und mehr auf den Handel übergegangen“, weiß Professor Christoph Teller, Vorstand des Instituts für Handel, Absatz und Marketing an der Johannes Kepler Universität in Linz. Vorreiter bei den sogenannten Eigenmarken (Definition siehe Infokasten) waren damals die Diskonter wie beispielsweise Hofer. Speziell während der Finanzkrise im Jahr 2008 konnten sie damit Marktanteile dazugewinnen. Das hat damals auch große Handelsketten wie Spar und Rewe auf den Plan gerufen und dazu veranlasst, verstärkt auf hauseigene Marken zu setzen. Mittlerweile sind diese zu einem mächtigen Werkzeug des Handels geworden. Im Lebensmittelsektor wird mittlerweile knapp die Hälfte des Umsatzes damit erwirtschaftet – Tendenz stark steigend. „Die Spannen auf Eigenmarken sind für den Handel größer als jene auf Herstellermarken. Damit können höhere Deckungsbeiträge bzw. Margen erzielt werden“, so Teller, der den Grund für den Trend zu Eigenmarken in der Emanzipation des Handels von der Industrie sieht.

Mit Erfolg, denn durch die Eigenmarken sind die Lebensmittelhändler auch ein großes Stück weit unabhängiger geworden. Sie können damit nicht nur die Rezeptur vorgeben, sondern auch ganz einfach den günstigsten Lieferanten auswählen. Durch die zunehmende Macht der Handelsketten steigt aber nicht nur der Druck auf die Lieferanten, sondern auch auf die bäuerlichen Rohstoff-Produzenten. Diese werden dadurch austauschbar indem sie beispielsweise durch ausländische Hersteller ersetzt werden. Ziel dieses Verdrängungswettbewerbs ist es, einen möglichst tiefen Preis anzubieten und damit die Konkurrenz unter Druck zu setzen. Der Konkurrenzkampf im Supermarktregal kann somit auch zu Lasten der heimischen Bäuerinnen und Bauern gehen, die aufgrund der klein strukturierten Landwirtschaft höhere Produktionskosten haben als ihre Berufskollegen in anderen Ländern.

## Händler werden zu Herstellern

Die Grenzen zwischen Markenartikeln und Eigenmarken verschwimmen immer mehr, wie die Rechercheplattform „Dossier“ im Magazin „Die Welt

der Handelsriesen“ veröffentlicht hat. Die Händler werden mit eigenen Werken selbst zu Herstellern. Sichtbar wird dies an Beispielen wie der Fleisch- und Wurstwaren-Eigenmarke „Tann“ von Spar sowie „Hofstädter“ von Rewe. Letzterer wird in einer aufwändig produzierten Werbung als Fleischermeister aus der Region dargestellt – in Wahrheit ist der füllige Schnauzbarträger aus dem Werbespot ein Schauspieler und die Eigenmarke einer der größten Fleischverarbeiter des Landes. „Was sich der Hofstädter immer erlaubt“, lautet der Slogan in den Werbespots, der in diesem Zusammenhang durchaus berechtigt zweideutig ausgelegt werden kann.

„Wenn man nicht mehr nur Händler, sondern auch Hersteller ist, hat man einfach viel mehr Einfluss auf die Marke“, so Teller.

Händler, die in der klassischen Versorgungskette aus Rohstoffproduzent, Verarbeiter und Vermarkter eigentlich am Ende stehen, werden damit zu Fleischern mit eigener Marke. In weiterer Folge vielleicht auch noch zu Bauern, wenn sie entlang dieser Kette noch einen weiteren Schritt Richtung „zurück zum Ursprung“ machen. Kritisiert wird im Dossier-Magazin auch der Umstand, dass die großen Supermarktkonzerne gegenüber den Herstellern nicht mehr nur als Kunde auftreten, sondern durch den systematischen Ausbau ihrer Eigenmarken auch als Mitbewerber agieren. „Der Handel hat ein Wissensmonopol, das ihm in seiner dualen Rolle nützt, weil er die Kalkulationen der Hersteller kennt“, so Günter Thumser, Geschäftsführer des Verbands

der Markenartikelindustrie, gegenüber Dossier. Wettbewerbsrechtlich sei es heikel, wenn die Eigenmarken als Verhandlungsinstrument benutzt werden. Laut Sarah Füllinger, Sprecherin der Bundeswettbewerbsbehörde, müssten Produzenten Repressalien wie Auslistungen oder schlechtere Regalplatzierungen durch die Händler fürchten.

„Die Spannen auf Eigenmarken sind für den Lebensmittelhandel größer als jene auf Herstellermarken.“

CHRISTOPH TELLER

## DEFINITION

Eigenmarken bzw. Handelsmarken sind von einem Handelsbetrieb geschaffene Marken für verschiedene Produkte. Es sind also Marken, die sich im Eigentum des Handelsunternehmens befinden. Während es früher oftmals nur „Billig-Eigenmarken“ wie „S-Budget“ oder „Clever“ gab, wurde das Sortiment mittlerweile um (Bio)-Premium-Produkte wie „Ja!Natürlich“ oder „Spar Premium“ erweitert. Im Gegensatz dazu sind Herstellermarken die einem Lebensmittelhersteller zugehörigen Marken wie etwa „Schärdinger“, „Gmundner Milch“ oder auch „Coca Cola“.



Starke Marken: Die Grenzen zwischen Markenartikel und Eigenmarken verschwimmen immer mehr. Laut Handelsexperten schlage gerade jetzt in Zeiten der Krise die Stunde der Diskonter und Eigenmarken.

FOTO: DORISCKSTAL/ALAMY/STOCK.ADOBE.COM

dende Budgets der Kunden reagieren werden: „Der Handel muss in Zeiten der Krise findig sein. Sortimentsoptimierung ist hier die allererste Möglichkeit. Das Produkt, das nicht performt wird, ausgelistet. Das ist zwar brutal aber einfach Realität“, so der Handelsexperte. Da es für den Handel aber auch essenziell sei seinen Kunden eine gewisse Vielfalt bieten zu können, werden starke Marken immer ihren Platz behalten: „Der Handel kann es sich einfach nicht leisten, gewisse Marken nicht mehr anzubieten.“

## „Bauern sind keine Preistreiber“

Im Oberösterreichischen Bauernbund verwehrt man sich indes dagegen, die heimische Landwirtschaft wäre Preistreiber hinter den steigenden Lebensmittelpreisen. Hauptsächlich würden Energie, Treibstoffe und Strom eine Inflationsrate von über zehn Prozent verursachen, nicht aber die Erzeugnisse der Bauern. Wie jeder Unternehmer müssten auch Landwirte sowie die nachgelagerten Bereiche, wie etwa Molkereien oder Bäckereien, die erhöhten Produktionskosten an die Konsumenten weitergeben. Die Produzenten von Agrarprodukten und -rohstoffen bekommen jedoch meist nur ein kleines Stück vom Kuchen ab. So bleiben den Bäuerinnen und Bauern als Urproduzenten vom Preis für ein Kilogramm Brot derzeit lediglich 35 Cent und vom Preis einer Semmel nur 2,4 Cent. „Das sind gerade einmal sieben Prozent“, rechnet Landesobfrau und Agrarlandesrätin Michaela Langer-Weninger vor. Infolge der Rekord-Inflation würden Menschen aber denken, sie können sich Regionalität und Tierwohl nicht mehr leisten. Das Gegenteil sei jedoch der Fall: „Unsere Bäuerinnen und Bauern produzieren für alle Preissegmente, von der günstigsten Stufe bis hin zur Premiumware. Regionalität ist also keine Frage der Börsenlänge“, meint Langer-Weninger, die von den Konsumenten daher auch in Zeiten der Krise den Griff zu heimischen Lebensmitteln einfordert, denn vom Handel werde das angeboten, was auch gekauft wird.

Michaela Langer-Weninger:

„Es ist eine glatte Fehldarstellung, wenn es heißt, die heimische Landwirtschaft ist der Preistreiber hinter den steigenden Lebensmittelpreisen. In Wahrheit sind die enormen Strom- und Treibstoffkosten dafür verantwortlich.“



FOTO: ANA/Ö3

Von einer „Schicksalsgemeinschaft“ bzw. „Symbiose“ spricht Universitätsprofessor Teller, angesprochen auf die Beziehung zwischen Lebensmittelhändlern und Herstellern: „Der Handel braucht die Industrie genauso wie die Industrie den Handel braucht. Das wird immer so sein und ist auch beiden bewusst. Bei Preisverhandlungen versuchen aber natürlich beide die Muskeln spielen zu lassen.“ Schlussendlich gehe es ja darum Geschäft zu machen. So müsse sich jedes Produkt seinen Platz im hart umkämpften Regal verdienen – egal ob Markenartikel oder Eigenmarke.

## Kunden achten mehr auf Aktionen

Dieser (Preis)kampf im Regal werde sich aufgrund der derzeitigen Inflation noch weiter verschärfen. Aktuelle Konjunkturdaten im Einzelhandel zeigen, dass die Österreicher seit Beginn des Ukraine-Krieges weniger Waren einkaufen, dies aber (notgedrungen) zu höheren Preisen. „Die Kunden üben sich in Kaufzurückhaltung. Sie sind extrem preissensitiv und suchen nach Sonderangeboten. Zwei Drittel der Konsumenten achten aktuell vermehrt auf Preisaktionen“, so Teller, der sich sicher ist, dass die heimischen Lebensmittelhändler auf knapper wer-

Wo gibt's **GUSTINO** Schweinefleisch?

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

**Lebensmittelhandel** - Selbstbedienungstheke: Lidl - Marke Wiesenthaler vom Voralpen-Schwein

**C+C Abholmärkte:** Transgourmet - Marke VONATUR-Strohschwein, Metro - Marke Voralpenlandschwein, Kirchdorfer Fleischwaren - Kirchdorf an der Krems

60% mehr Platz

IMPRESSUM: Lust aufs Land: Haushaltsausgabe XVII./2022 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@lustaufsland.at; Internet: www.lustaufsland.at; Redaktionsleitung: Thomas Mursch-Edlmayr (DW 829), Redaktion: Gabi Cacha (DW 842), DI Anna Sophie Luegmair, BSc (DW 828); Grafik: Lydia Fleischanderl (DW 826), Kerstin Jank, MA (DW 831), Susanne Lechthaler (DW 827), Ivana Dukic (DW 823) | Vertrieb: Tel. 0 732/77 66 41, E-Mail: vertrieb@lustaufsland.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@lustaufsland.at; Geschäftsführung: Franz König. Entgeltliche Einschaltungen sind gemäß Mediengesetz mit „Anzeige“ gekennzeichnet. | Druck (Herstellungsort): Druck Styria GmbH & Co KG, Styriastraße 20, 8042 Graz | Verlagsort: 4010 Linz. „Lust aufs Land“ ist eine Gratiszeitung an 480.000 Haushalte in OÖ. Erscheinungsdatum: 29. November 2022. Verteilt durch Post AG.

## Höchste Auszeichnung

Bei der Austrian Meat-Award-Gala der AMA stand Gustino im Mittelpunkt. Dem Gustino-Stroh-Programm wurde der „Oscar“ der heimischen Fleischwirtschaft, der sogenannte Lukullus, verliehen. Die AMA-Marketing verleiht diese hohen Auszeichnungen für vorbildliche Unternehmen und Projekte im Hinblick auf Qualitätserhöhung und nachhaltige Verbesserung der daraus gewonnenen Produkte.

Im Mittelpunkt des Galaabends stand das Gustino-Strohschwein, da es vor über 25 Jahren als eines



FOTO: AMA

Verleihung des Lukullus bei der Austrian Meat-Gala

der ersten Markenprogramme im Schweinefleischbereich ins Leben gerufen wurde und seither durchgehend als Vorbildprojekt am Markt präsent ist.

ANZEIGE

# SPAR



ERNÄHRUNG

## Wirklich frei von Glyphosat?

Die Lebensmittelkette Spar sieht sich als Vorreiter für glyphosatfreie Lebensmittel und wirbt dafür mit teuren Inseraten. Was hinter der Fassade der schönen Werbebilder steckt.

THOMAS MURSCH-EDLMAYR

FOTO: LUST AUF'S LAND/MURSCH-EDLMAYR

WIRTSCHAFTS-LANDESRAT  
VON OBERÖSTERREICH



### JETZT GEMEINSAM ENERGIESPAREN

Für unser Geldbörse!

Für unser Klima

Für eine sichere Energieversorgung

Alle Tipps zum Energiesparen unter:

[www.energiesparverband.at/energie-sparen](http://www.energiesparverband.at/energie-sparen)



Eine Initiative des  
Wirtschafts- und Energie-Landesrates



Die Lebensmittelkette Spar sieht sich selbst seit Jahren als Vorreiter für glyphosatfreie Lebensmittel. Der Konzern wird nicht müde, ein generelles Verbot des Unkrautvernichtungsmittels zu fordern. Zudem rühmt man sich damit, dass Lieferanten der Spar-Eigenmarken aus dem In- und Ausland angewiesen wurden, auf Glyphosat zu verzichten. In regelmäßigen Abständen führt man daher Kampagnen unter anderem in Form von (ganzseitigen) Inseraten in Zeitungen. Doch was steckt wirklich hinter der Fassade der schönen Werbebilder? Mit dieser Frage hat sich eine Reportage von „oekoreich“, einer Initiative zur Förderung von Ökologie und Nachhaltigkeit, beschäftigt.

#### Teure Werbekampagne gemeinsam mit Greenpeace

Erst kürzlich konnte man so ein ganzseitiges Inserat der Firma Spar in der Kronen Zeitung bestaunen. Darauf zu sehen: Ein Mitglied des Spar-Vorstands mit dem langjährigen Geschäftsführer der NGO Greenpeace. In der Hand hielten die beiden eine Tafel mit der Aufschrift „Stopp Glyphosat jetzt“. Unter dem Titel „Kein Glyphosat auf unseren Tellern!“ wurde über die „Spar-Initiative zur Rettung der Biodiversität“ informiert. Daneben noch ein Foto mit ausgewählten Produkten aus dem Sortiment des Lebensmittelhändlers. Und natürlich durfte auch ein Foto von einem Traktor, der offenbar gerade Glyphosat auf einem Feld ausbringt, versehen mit einem Stop-Schild, nicht fehlen. Weiters wurde im Inserat darüber informiert, dass Spar bereits im Jahr 2017 das Unkrautvernichtungsmittel aus allen Eigenmarken verbannt habe. Das Pflanzengift würde die Böden und Gewässer schädigen, außerdem würde es erheblich zum Artensterben beitragen. Deswegen, so der Werbetext, habe man sich als Konzern entschieden, das Totalherbizid aus den Eigenmarken zu verbannen. So weit so vorbildlich.

Günstig ist diese Form der Werbung in der auf lagenstärksten Tageszeitung Österreichs gewiss nicht. „Wer sie sich trotzdem leistet, muss entweder viel Geld haben oder die Notwendigkeit verspüren, sich einem breiten Publikum auf eine gewisse Weise zu präsentieren“, mutmaßt die Initiative oekoreich.

Auf Spar, den Marktführer unter den Lebensmit-

telhändlern in Österreich, treffe beides zu. Alleine in Österreich habe der Konzern im Vorjahr satte 8,6 Milliarden Euro umgesetzt und damit seine Spitzenposition ausgebaut – allen Krisen zum Trotz.

#### „Kein Glyphosat“: Was das genau bedeutet

Oekoreich hat bei Spar nachgefragt, was es denn nun genau bedeute, dass kein Glyphosat in den Eigenmarken-Produkten drinnen steckt. Und Spar habe wie folgt geantwortet: „Wir haben für alle in- und ausländischen Eigenmarken-Lieferanten vorgegeben, dass keine Zutaten enthalten sein sollen, die mit Glyphosat behandelt wurden. Darauf beziehen sich auch alle Aussagen in Inseraten.“

Etwas anders gestalte sich die Lage in der vorgelagerten Lieferkette der Lebensmittelproduktion: „Bei Futtermitteln für das eigentliche Produkt ist ein Glyphosatverzicht im Ackerbau ausdrücklich gewünscht, jedoch nicht vollständig umsetzbar. Hier verhält es sich wie bei der Gentechnik-Freiheit. Wir forcieren bei Futtermitteln auch die gentechnikfreie Produktion, aufgrund von Verfügbarkeit und Preisen sind Futtermittel jedoch nicht komplett glyphosat- und gentechnik-frei produziert“, so der O-Ton.

Dass das zahlreiche heimische Produzenten sehr wohl hinbekommen würden, habe Spar dabei nicht erwähnt. Funktionieren würde es ja auch bei den eigenen Tierwohl- und Regionalitäts-Programmen. Während etwa bei den (teils deutlich teureren) Fleischprodukten der Marke „Tann schaut drauf“ kein Glyphosat enthalten sei, komme es bei der regulären Tann-Produktion offenbar schon zum Einsatz. Fazit von oekoreich: „Wer es sich leisten kann, der kriegt die glyphosatfreie Ware.“

#### Einsatz kann bei gewissen Zutaten nicht ausgeschlossen werden

Weiters wurde Spar damit konfrontiert, ob sichergestellt werden könne, dass gewisse Zutaten, die für Eigenmarkenprodukte verarbeitet werden, wie beispielsweise Erdbeeren, Tomaten oder etwa Kakao-Bohnen, nicht mit Glyphosat in Berührung gekommen sind. Denn das sei es doch, was viele wohl interpretieren, wenn der Handelskonzern von einer „Verbannung“ aus den Produkten spricht. Und auch das könne Spar nicht gewährleisten, weil sich „die Rück-

stände in den Früchten abgebaut haben, bis diese geerntet werden und damit nicht mehr nachweisbar sind. Genau darin liegt für uns als Händler die Herausforderung. Für eine Garantie, dass auf keinem Feld jemals ein Tropfen Glyphosat versprüht worden ist, bräuchte es eine 24-stündige Überwachung von vor der Aussaat bis nach der Ernte, was unmöglich durchführbar ist“, so die Stellungnahme. Fazit: Hier zeige sich, dass in den Eigenmarken-Produkten kein Glyphosat stecken soll, aber doch stecken kann.

#### Ziel: Generelles Verbot von Glyphosat auf europäischer Ebene

Für oekoreich stellt sich somit die Frage, wieso bei Spar überhaupt noch Produkte zu finden sind, in denen Zutaten stecken, die nicht nur vielleicht sondern ganz sicher unter Einsatz von Glyphosat erzeugt wurden. Laut der Öko-Initiative könnte der Konzern doch einfach alle Produkte auslisten, die nicht seinen eigenen Ansprüchen entsprechen:

„Irgendwie kann man sich das doch erwarten, wenn ein Unternehmen so viel Geld in die Hand nimmt, um sich mit einer NGO wie Greenpeace in einem Inserat abzubilden“, so der Vorwurf, auf den Spar wie folgt antwortete: „Bezüglich der Auslistung von Produkten, die weiterhin mit Glyphosat hergestellt wurden, gehen wir einen anderen Weg. Unser Ziel ist ein generelles Verbot von Glyphosat auf europäischer Ebene, die dann alle Hersteller gleichermaßen betrifft und eine glyphosatfreie Produktion mit entsprechender Kontrolle sicherstellt.“ Fazit von oekoreich: „So weit geht dann das Engagement des Unternehmens offenbar also doch nicht.“

#### Spar kann keine Garantie für glyphosatfreie Lebensmittel geben

Zusammenfassend könne gesagt werden: Spar setze sich für ein Ende von Glyphosat in Lebensmittel ein. Bei seinen Eigenmarken habe der Konzern das Unkrautvernichtungsmittel schon verbannt, außer in der „vorgelagerten Lieferkette“, wie beispielsweise Tierfutter. Eine Garantie, dass auch in Eigenmarken-Produkten kein Glyphosat drinnen steckt, könne jedoch nicht gegeben werden. Es scheint, als würde sich das Unternehmen hier eine Hintertüre offen lassen. Auch wenn diese in der Werbung natürlich nicht ersichtlich wird.

#### Vom Bauern direkt ins Geschäft

Die Direktvermarktung der Bauern an die Lebensmittelgeschäfte nimmt zu. Als Pioniere gelten die Eferdinger Landl-Bauern. Mit der Marke „Eferdinger Landl-Erdäpfel“ beliefern sie direkt Lebensmittel-Geschäfte. Obmann Manfred Schauer über Ziele und Trends:

##### Was ist das Ziel der Bauerngemeinschaft?

SCHAUER: Das oberste Ziel sind angemessene Preise für die Bauern. Beim Eferdinger Landl-Erdäpfel wird die gesamte Vermarktung von uns Bauern übernommen, somit erhöht sich die Wertschöpfung für unsere Familienbetriebe.

##### Die Sortenvielfalt wird großgeschrieben?

Im Eferdinger Landl wachsen 60 verschiedene Sorten. Jene Sorten im Geschäft werden bei mehreren

Daher müsse man davon ausgehen, dass in Spar-Märkten nach wie vor viele Lebensmittel im Regal stehen, die unter dem Einsatz von Glyphosat erzeugt worden sind. Dass Spar diese nicht auslisten will, sei für oekoreich unverständlich: „Wenn ein Händler schon so offensiv mit seinem Engagement wirbt, unter Einsatz massiver Gelder, dann sollte er auch bereit sein diesen Schritt zu gehen.“

Denn Spar werbe nicht nur in ganzseitigen Inseraten mit seinem Einsatz, sondern lasse – im Gleichschritt mit Umweltschutzorganisationen wie Greenpeace – auch die Medien in regelmäßigen Abständen wissen, dass dem Konzern ein generelles Glyphosatverbot ein großes Anliegen sei.

#### Bauernbund: EU-weites Verbot muss auch für Importe gelten

Auch der Bauernbund hat Spar mit Fragen rund um die Werbung zum Glyphosatverzicht konfrontiert und von der Konzernsprecherin folgende Antwort bekommen: „Wir haben alle unsere Eigenmarken-Lieferanten, sowohl im In- als auch im Ausland informiert, dass wir keine Verwendung von Glyphosat im gesamten Herstellungsprozess wünschen. Das gilt für das gesamte Produkt. Der Hersteller muss dafür Sorge tragen und uns dies gegenüber auch bestätigen. Bei Markenartikeln haben wir keinen Einfluss auf die Rezeptur oder die Rohstoffe. Das ist Sache der Hersteller, was sie ihren Kunden anbieten wollen. Aber wir haben auch sie darüber informiert, was wir von Glyphosat halten.“

Fakt ist: In Österreich kommt Glyphosat aufgrund seiner Anwendungsmöglichkeiten nicht mit dem Erntegut in Berührung. „Der mediale Einsatz mancher Handelsketten hinsichtlich der Abschaffung von Glyphosat ist befremdlich, da genau diese nach wie vor ausländische Produkte, auch aufgrund von Preisvorteilen, im Regal führen“, erklärt Bauernbund-Direktor Wolfgang Wallner, der daher an den Lebensmittelhandel appelliert, den Weg in eine glyphosatfreie Zeit gemeinsam, über mehr Regionalität in den Regalen und faire Partnerschaften entlang der Wertschöpfungskette, zu bestreiten: „Das immer wieder geforderte europaweite Verbot von Glyphosat müsste demzufolge auch in einem Leistungsverzicht von importierten Lebensmitteln, die unter Einsatz dieses Wirkstoffes produziert werden, münden. Dies wäre ein konsequenter Weg.“

seiner Anwendungsmöglichkeiten nicht mit dem Erntegut in Berührung. „Der mediale Einsatz mancher Handelsketten hinsichtlich der Abschaffung von Glyphosat ist befremdlich, da genau diese nach wie vor ausländische Produkte, auch aufgrund von Preisvorteilen, im Regal führen“, erklärt Bauernbund-Direktor Wolfgang Wallner, der daher an den Lebensmittelhandel appelliert, den Weg in eine glyphosatfreie Zeit gemeinsam, über mehr Regionalität in den Regalen und faire Partnerschaften entlang der Wertschöpfungskette, zu bestreiten: „Das immer wieder geforderte europaweite Verbot von Glyphosat müsste demzufolge auch in einem Leistungsverzicht von importierten Lebensmitteln, die unter Einsatz dieses Wirkstoffes produziert werden, münden. Dies wäre ein konsequenter Weg.“

Geschmackstests ausgewählt. Unser Ziel: Nicht der Ertrag, sondern der Geschmack spielt die Hauptrolle.

##### Wird der Trend zu Regionalität zunehmen?

Aus der Region für die Region muss das Ziel sein. Die Konsumenten werden mehr nach heimischem Gemüse – direkt vom Bauern – nachfragen. Dadurch profitieren der Konsument, der Bauer und nicht zu vergessen die Umwelt.



Schauer mit den Landl-Erdäpfeln

ANZEIGE

Schärdinger

UNSER  
MEHRWEG-GLAS  
GEHT  
KURZE WEGE



NUR  
AUS DEINER  
REGION



So schmeckt mir das Leben!

MACHEREI

# Kleine Körner, große Wirkung

Kümmel zählt zu den ältesten Gewürz- und Heilpflanzen und hat durch seinen vielseitigen Einsatz sowie seinen unverkennbaren Geschmack die heimische Gewürzwelt erobert.

ANNA SOPHIE LUEGMAIR

In den Küchen des Landes geht es geschmackvoll zu. So sind es Gewürze und Kräuter, die so manchen Gerichten eine besondere Note verleihen und die Herzen kreativer Köche höher schlagen lassen. „Carum carvi“, auch „echter Kümmel“ oder „Wiesenkümmel“ genannt, zählt zu einem besonders beliebten Gewürz für die Zubereitung heimischer Spezialitäten. Doch wer hätte gedacht, dass Kümmel bereits seit über 5000 Jahren Verwendung findet und ursprünglich eigentlich aus Asien stammt?

## Anbauggebiete von Kümmel

Mittlerweile wird das Gewürz jedoch in vielen Regionen der Welt angebaut. Denn an seinen Standort stellt die Gewürzpflanze eher geringe Ansprüche und kann daher sowohl in höheren Lagen, wie zum Beispiel im Mühlviertel, als auch auf kargen, flachgründigen Böden wie etwa in der Kalkalpenregion, kultiviert werden. Darüber hinaus gilt Kümmel als frosttolerant. Ist der Kümmel jedoch reif, sollte die Ernte schnell erfolgen, denn es genügt nur ein Windstoß und die Kümmelsamen fallen aus der Dolde und werden verweht. Generell ist der Kümmelanbau daher etwas für Spezialisten. Österreichweit wurden im heurigen Jahr nur etwa 600 Hektar angebaut, wovon sich circa 340 Hektar im Land ob der Enns befinden. Somit ist Oberösterreich das stärkste Anbauggebiet des traditionellen Küchenklassikers, welcher sich nahezu in jedem Haushalt finden lässt.

## Heimisches Qualitätsprodukt

In Ländern wie Finnland oder Polen wird Kümmel als Massenware produziert, doch unterscheidet sich die Qualität zum heimischen „Carum carvi“ stark. Der Qualitätsunterschied bei Gewürzen lässt sich anhand einiger Kriterien erkennen. So sollten getrocknete Kräuter zum Beispiel eine möglichst grüne Farbe aufweisen. Und auch ein hoher Gehalt an ätherischen Ölen ist ein eindeutiges Merkmal für Qualität. Zerreibt man Doldenblütlergewächse wie Kümmel, sollte sich dabei ein möglichst intensives Aroma entfalten. Oberösterreichischer Kümmel ist für seine Spitzenqualität bekannt. So enthalten die Samen aus der Region einen Anteil an ätherischen Ölen von drei Prozent, was in etwa um die Hälfte mehr ist als bei finnischen Kümmel. Dabei hängt die Erntequalität natürlich auch mit dem Saatgut

zusammen, welches von den heimischen Bäuerinnen und Bauern verwendet wird.

## Fertig veredelt für die Gewürzlade

Das Saatgut für Kümmel – hergestellt in Österreich – liefert die Saatbau aus Linz, die sich seit über 15 Jahren mit der Produktion von Kräutern und Gewürzen beschäftigt und sich in Zusammenarbeit mit Landwirtinnen und Landwirten ein breites „Know-how“ angeeignet hat. Nach der Ernte im Juli, die mit dem Mähdrescher erfolgt, wird der Kümmel direkt vom Feld in das Gewürzhaus der Saatbau in Kefermarkt gebracht. Dort wird das Erntegut von übrigen Pflanzenresten befreit und fertig aufbereitet. Neben Majoran, Pfeffer und Paprikapulver

## AROMATISCHE SAMEN MIT WIRKUNG

Bereits im Mittelalter war Kümmel als Würz- und Heilpflanze bekannt. Getrocknete Kümmelfrüchte enthalten ätherische Öle, welche für das unverkennbare Aroma sowie die heilende Wirkung des sichelförmigen Gewürzes verantwortlich sind. Heute zählt Kümmel zu den sogenannten „Brotgewürzen“, die neben Fenchel und Anis Brot und Gebäck wohlgeschmeckend, vor allem aber verdaulich machen. Darüber hinaus ist Kümmel für seine heilende Wirkung bekannt, denn seine Inhaltsstoffe wirken krampflösend sowie entzündungshemmend und können zum Beispiel Verdauungs- oder Frauenbeschwerden entgegenwirken. Weiters halten die Wirkstoffe der Pflanze durchblutungsfördernde Eigenschaften bereit. So gibt es vielerlei Produkte, wie etwa Tees, Tinkturen, Salben oder Pulver, die gerne angewendet werden.



## ALTE GEWÜRZ-BRÄUCHE



Seit jeher wurden im Aberglauben stark aromatischen Doldenblütlern wie Kümmel, Fenchel, Petersilie oder auch Dill eine anti-dämonische Wirkung zugesprochen. Im Windschgarstner Tal – dem Zentrum der bekannten oberösterreichischen Urlaubsregion Pyhrn-Priel – wurde dem Winde eine Hand voll „Kim“ (Kümmel), Salz und Asche als Windfutter in die Luft gestreut mit den Worten: „Wind, da hast Salz, Aschn, Kim, nimm's hoam zu dein Weib und Kind“. Weit verbreitet war auch der Kümmelbeutel, den man etwa zum Schutz vor Krankheiten, Hexen und bösen Geistern als Amulett auf der Brust trug oder in Stube und Stall band.

## VON DER SAAT BIS ZUR ERNTE

**1** Der Anbau von Kümmel erfolgt meist im Frühjahr. Heuer wurden hierzulande etwa 340 Hektar Kümmel angesät.

**2** Damit ist das Land ob der Enns das stärkste Kümmelanbaugbiet in ganz Österreich.

**3** Im Herbst bildet der Kümmel eine bodennahe Rosette und entwickelt eine Pfahlwurzel.

**4** Im Frühjahr darauf erscheinen bereits bis zu 120 Zentimeter hohe Blütenstände.

**5** Die weiß bis rosafarbenen Blüten des Kümmels blühen von Mai bis Juni und sind eine beliebte Insektenweide.

**6** Der Kümmel bildet nun Samen, die geerntet werden müssen. In manchen Gebieten beginnt die Ernte bereits im Juli.

**7** Nach der Ernte muss der Kümmel getrocknet und aufbereitet werden. Dazu muss das Erntegut ins Gewürzhaus gebracht werden.

**8** Denn für den Lebensmittelhandel muss der Kümmel mindestens 99,8 Prozent Reinheit aufweisen.

**9** Der heimische Kümmel kommt bei vielerlei Rezepten und bei einer Menge an Backwaren zum Einsatz.

zählt Kümmel zu den meist verwendeten Gewürzen im Land.

## Kümmel – eine uralte Heilpflanze

Nicht ohne Grund, denn neben seinem markanten Geschmack ist Kümmel auch für die Verdauungsförderung deftiger Speisen bekannt. So macht Kümmel schwere Gerichte, wie etwa fetthaltige Fleischgerichte, leichter verdaulich und wirkt dem Völlegefühl entgegen. Ein typisch österreichischer Schweinsbraten wäre ohne die heimische Zutat „Kümmel“ zum Beispiel undenkbar. Darüber hinaus gilt das Doldenblütlergewächs seit jeher als wertvolle Heilpflanze und findet vielfach als „medizinischer Alleskönner“ Verwendung.

## WELT DES KÜMMELS

Weltweit gibt es circa 30 Kümmelarten. Hierzulande wächst jedoch nur eine – „Carum carvi“, auch „echter Kümmel“ oder „Wiesenkümmel“ genannt. Das sichelförmige Gewürz zählt zu den Doldenblütlergewächsen und ist eng mit Fenchel, Anis und Dill verwandt. Auch Kreuzkümmel ist botanisch gesehen mit dem „echten Kümmel“ verwandt, unterscheidet sich geschmacklich aber stark. Schwarzkümmel hingegen zählt zu den Hahnenfußgewächsen und ist daher mit dem Wiesenkümmel nicht verwandt.

## REZEPTE ONLINE

[www.lustaufisland.at/online-kochbuch](http://www.lustaufisland.at/online-kochbuch)



## Traditionelle Kümmel-Rahmsuppe

### Zutaten (für 4 Portionen):

1 l Wasser, Prise Salz (abschmecken), 3 KL Kümmel, 2 KL Mehl, etwas Milch, halber Becher Rahm oder Obers, Brot, Schnittlauch/Petersilie

### Zubereitung:

Wasser, Salz und Kümmel aufkochen und etwas köcheln lassen. Dann das Mehl mit Milch zu einer glatten Masse rühren und in die köchelnde Suppe einrühren bzw. mit dem Schneebesen verquirlen. Nun das Obers beimengen, sodass die Suppe sämig wird. Schwarzbrot (kann auch schon älter sein) in kleine Stückchen schneiden, auf den Teller geben, mit der Suppe übergießen und Kräuter hinzufügen.

QUELLE: LUEGMAIR

## Gewürze und Backsaaten am Standort in Kefermarkt

Auf dem Standort für Gewürze und Backsaaten in Kefermarkt beschäftigt sich die Saatbau Linz mit Kulturen, deren Anbau in der heimischen Landwirtschaft eine lange Tradition hat. Dazu zählen Kümmel, Mohn (Blaumohn, Graumohn) und Leinsamen. Im Vordergrund steht die Produktion in Österreich. Um qualitativ hochwertige Ware zu ernten, setzt sich die Saatbau Linz für die Produktionen von zertifiziertem Saatgut ausgewählter Sorten ein und steht deren Landwirten vom Anbau bis zur Ernte zur Verfügung. Die Erntemengen werden in den Außenstellen direkt vom Feld übernommen und im Gewürzhaus Kefermarkt erfasst und aufbereitet. Bei der Verarbei-



Vom Anbau bis zur Ernte stehen Mitarbeiter beratend zur Seite.

tung stehen Lebensmittelsicherheit und Qualität an erster Stelle. Dies bezeugen die Zertifizierungen nach FSSC 2200 sowie HACCP. Weiters ist die Saatbau Linz bio-zertifiziert, sodass dem Kunden erstklassige Ware aus biologischer Produktion angeboten werden kann.

ANZEIGE

## MACHEREI ONLINE

[www.lustaufisland.at/macherei](http://www.lustaufisland.at/macherei)





GESUNDHEIT

# So bleibt man immun

Wer seinem Immunsystem die Arbeit erleichtern will, kann an vielen Fronten mithelfen. Eines gleich vorweg: Mit einer Dosis Vitamin C ist es nicht getan. Wohl aber spielt das Schlafzimmer eine Rolle – und auch Stress darf sein.

GABI CACHA



## Tipps für ein fittes Immunsystem

Stress ist durchaus positiv und boostert das Immunsystem

Jede freie Sekunde nutzen, um nach draußen zu gehen

Dreimal täglich Obst oder Gemüse, ein leichtes und frühes Abendessen

Auf Selbstheilungskräfte vertrauen und so oft wie möglich lachen

Keime mögen kein Wasser – viel trinken ist daher angesagt

Der Körper regeneriert im Schlaf, ein aktives Liebesleben hält zusätzlich fit

QUELLE: „MEIN KNACKIG-FRISCHES IMMUNSYSTEM“

für das Immunsystem.“ Abwechslungsreiches Essen sorgt dafür, dass eine breite Palette unterschiedlicher Bakterien und Enzyme erhalten bleibt. Bekommt der Körper gewisse Lebensmittel nicht mehr, verliert er auch die Fähigkeit, sie zu verwerten. „Das kann man sich vorstellen wie ein Muskel, der trainiert wird oder nicht. Wenn ich keine Milchprodukte mehr esse, bekomme ich auch sicher eine Laktoseintoleranz“, klärt die Expertin auf.

Zur Pflege des Immunsystems kann man neben (richtigem) Essen und Trinken noch an weiteren Stellschrauben drehen. Eine ist der Schlaf, die wich-

tigste Regenerationsmaßnahme für den menschlichen Körper. „Der Schlaf ist die Zeit, in der sich der Körper selbst repariert“, sagt Kirchmaier. Um ihm das zu erleichtern, empfiehlt sich ein leicht verdauliches Abendessen und ebenso, ab 18 Uhr nichts mehr zu sich zu nehmen.

## Psychologie macht Biologie

„Psychologie macht Biologie.“ Dieser Hinweis ist im Buch mehrmals zu finden, denn Kirchmaier verweist stets auch auf die Macht der positiven Gedanken, das Vertrauen auf die Kräfte des eigenen Körpers. Sie sieht auch das Thema Stress differenzierter. „Stress ist prinzipiell etwas Positives“, ist sie überzeugt, „Stress hat viele gute Auswirkungen, zum Beispiel eine verbesserte Durchblutung und eine erhöhte Ausschüttung von Oxytocin.“ Letzteres ist ein Hormon, das uns Stress und Schmerz vergessen lässt, dafür Vertrauen schenkt und im Körper anti-entzündlich und positiv auf die Gefäße wirkt. Das Ganze kippe erst durch permanente Angst, vom Stress krank zu werden. „Dann schüttet man die negativen Stresshormone aus“, sagt Kirchmaier. Zuletzt trage auch ein aktives Liebesleben zu einem starken Immunsystem bei. „Es ist zwar immer noch ein Tabuthema, aber Sexualität ist diesbezüglich ein wichtiges Thema“, sagt die Expertin. Küssen ist ein guter Anfang – es trainiert durch den Austausch von Bakterien schließlich auch das Immunsystem.

## GESUND ESSEN

- Abwechslungsreich und bunt essen, mit mindestens drei „Farben“ in jeder Mahlzeit.
- Auf Diäten und Weglassen von Lebensmitteln verzichten. Je mehr vom Speiseplan verbannt wird, desto weniger robust wird der Verdauungstrakt.
- Ballaststoffe verwöhnen den Darm: Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte, Kräuter, Kartoffeln, Vollkornprodukte. Tierische Lebensmittel sind wertvoll für eine ausgewogene Ernährung – die Menge zählt.
- Zucker und Salz: Gegen geringe Mengen ist nichts einzuwenden. Würzen: Geschmacksverstärker wie Glutamat oder Hefeextrakt meiden.
- Genießen: Zum Essen hinsetzen, auch wenn es nur eine Kleinigkeit ist; auf Ablenkungen verzichten.

QUELLE: „MEIN KNACKIG-FRISCHES IMMUNSYSTEM“

Sobald es in Richtung Winter geht und rundherum wieder kräftig gehustet, genießt und geschmätzt wird, ist das Immunsystem wieder in aller Munde. Wie kann man es stärken oder zumindest unterstützen? Kann man das überhaupt? Ja, man kann – aber den einen Weg, der für alle gleichermaßen funktioniert, gibt es nicht. „Das Immunsystem ist ja nicht nur ein Organ wie etwa die Leber, sondern ein Konvolut aus verschiedenen Bereichen“, sagt Ernährungsexpertin Angelika Kirchmaier. Sie ist klinische Ernährungsmedizinerin, Diätologin, Gesundheitswissenschaftlerin und Autorin zahlreicher Bücher. In ihrem jüngsten Werk (siehe Buchtipps rechts) widmet sie sich ganz dem Immunsystem – und damit einer breiten Palette an Lebensbereichen, die dazu beitragen, das ganze Jahr hindurch fit und aktiv zu bleiben.

## Zwei Arten, eine Aufgabe

Prinzipiell werde das Immunsystem in zwei Arten unterschieden – das angeborene und das erworbene (spezifische) Immunsystem, das sich etwa infolge von Impfungen oder durchgemachten Infektionen bildet und im Laufe des Lebens trainiert wird. Das angeborene Immunsystem erledigt die Keimabwehr auf unterschiedlichen Ebenen und dank verschiedener natürlicher Barrieren im menschlichen Körper, wie sie zum Beispiel die Haut, der Speichel und die Schleimhäute, der Magensaft und die Darm-

bakterien darstellen. Beide gehen natürlich ineinander über. „Durch diese Breite an Einflussfaktoren kann man auch auf so vielen verschiedenen Ebenen ansetzen, wenn es um das Immunsystem geht“, sagt Kirchmaier. Trotzdem hat sie eine klare Antwort auf die Frage nach dem wichtigsten Bereich: „Flüssigkeit. Das ist die Basis. Wenn man zu wenig trinkt, haben Erreger ein leichtes Spiel. Ist der Flüssigkeitshaushalt zu gering, spürt man das im ganzen Körper. Speichel, Schleimhäute, Lympflüssigkeit, Verdauung. Da ist vieles betroffen“, erläutert die Expertin. Als Faustregel gilt: „Ist der Harn tagsüber hell, habe ich genug getrunken“. Kirchmaier empfiehlt, leicht temperiert (etwa Körpertemperatur) zu trinken und das Motto „öfter und weniger“ walten zu lassen. So könne der Körper die Flüssigkeiten am besten aufnehmen.

Was getrunken wird, spielt natürlich ebenso eine Rolle: Wasser und ungesüßter Tee sollten es sein. Schließlich spielt der Anteil an den gelösten Teilchen in der Flüssigkeit eine große Rolle. Die sogenannte „Osmolarität“ gibt den Anteil der gelösten Stoffe an, die wiederum damit zusammenhängt, wie die Flüssigkeit dem Körper zur Verfügung steht. „Im Blut sind 290 Milliosmol an gelösten Teilchen, diese Menge schafft es zu transportieren. Der Wert von Saft liegt aber bei mindestens 600, Traubensaft weist sogar 900 bis 1000 auf.“ Wird das Blut dadurch zu dickflüssig und fließt nicht

ordentlich in seinen Bahnen, können auch die Abwehrkräfte nicht schnell genug an den Ort kommen, wo sie helfen müssten. Wie sehr sich das Trinken auch auf die Gehirnleistung auswirkt, würden Studien immer wieder belegen, bis zu 50 Prozent Leistungsverlust seien schon ermittelt worden.

## Darm gut, (fast) alles gut

Was die Ernährung angeht, so sollte man das Augenmerk auf den Darm legen. Dort sitzen schließlich neben Milliarden von Mikroorganismen etwa 70 Prozent der Immunzellen, die – vereinfacht gesagt – Abwehrstoffe produzieren und so dazu auch in ständigem Austausch mit den Bakterien sind. Wer seinen Darmbakterien Gutes tun will, muss sie ernähren. Sie leben von Ballaststoffen, die gehäuft in Obst, Gemüse und Vollkornprodukten enthalten sind. Auch milchsauer vergorenes, wie Sauerkraut, Buttermilch, Joghurt oder Kefir, unterstützt sie sehr gut. Gute Nachrichten hat Angelika Kirchmaier in diesem Zusammenhang für alle jene, die sich Gedanken machen, weil sie Blähungen verspüren. „Wer keine oder kaum Blähungen hat, hat seine Darmbakterien nicht ordentlich ernährt“, so die Tirolerin. „25 Pupse pro Tag sind normal, die Luft muss hinaus, spätestens während der Nacht“, sagt Kirchmaier. „Wer seinen Darm gut ernährt, der hat automatisch die perfekte Ernährung



**Angelika Kirchmaier, Ernährungsexpertin, Diätologin und Buchautorin:** „Das Immunsystem muss man sehr weitschichtig erfassen. Es gibt eine große Breite an Einflussfaktoren, weshalb man auch auf verschiedenen Ebenen ansetzen kann.“

FOTO: STUDIOAMAGICA - STOCK-ADOBEE.COM

Doppel- und Reihenhausanlage  
**KRONSTORF, THALING**

SMART VILLAGE



- gefördertes Eigentum
- 106 m<sup>2</sup> Wohnfläche
- großzügiger Eigengarten
- zwei überdachte Stellplätze
- Photovoltaik, Nahwärme
- Übergabe Juni/Dezember 2023

HWB <40 kWh/m<sup>2</sup> <f<sub>GEE</sub> 0,66

www.oowohnbau.at

Virtueller Rundgang auf  
www.oowohnbau.at

Mona Hagmayr  
Tel.: +43 (0) 732 700 868-121  
mona.hagmayr@oowohnbau.at



**BUCHTIPP**

Gesund zu bleiben – das wünscht jeder für sich und seine Liebsten. Eine zentrale Rolle dabei spielt das Immunsystem, dem in der kalten Jahreszeit meist auch etwas mehr Beachtung geschenkt wird. Wie man seine körpereigene Abwehr bestmöglich unterstützen kann, ist Thema dieses ganzheitlichen Ratgebers von Angelika Kirchmaier, in dem es neben der Ernährung auch um Schlaf, Bewegung, Stress und Liebesleben geht. Das Buch aus dem Verlag „Tyrolia“ hat 200 Seiten und ist unter ISBN 978-3-7022-4085-1 zum Preis von 20 Euro im Buchhandel erhältlich.

**GEWINNSPIEL**

Leser der Lust aufs Land können gewinnen:  
**3 Bücher „Mein knackig-frisches Immunsystem“**

Mitmachen unter [www.lustaufsland.at/gewinnspiel/](http://www.lustaufsland.at/gewinnspiel/);  
Teilnahmeschluss: 11. Dezember 2022

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](http://www.lustaufsland.at)

**NATÜRLICHER ANTIBIOTIKA-AUFSTRICH**

1 Teil Topfen, 1/4 bis 1/2 Teil Sauerrahm, reichlich Thymian, Schnittlauch, fein gehackte Zwiebel und reichlich Knoblauch vermischen. Mit Kräutersalz, Pfeffer und eventuell einem Schuss Essig oder Zitronensaft abschmecken. In ein Schraubglas füllen und zugedeckt über Nacht ziehen lassen.

QUELLE: „MEIN KNACKIG-FRISCHES IMMUNSYSTEM“

# UNSER SALZKAMMERGUT

**4 x**  
das hochwertige Magazin  
„UNSER SALZKAMMERGUT“

zum Preis von € 28 für den Inlandversand  
oder € 42 für den Versand ins Ausland



€ 28,00

(Inland)

€ 42,00

(Ausland)

Unser Top Abo-Angebot

Abo-Bestellung: [www.dieoberoesterreicherin.at/aktuelle-abos](http://www.dieoberoesterreicherin.at/aktuelle-abos)  
oder per E-Mail an: [abo@neu-media.at](mailto:abo@neu-media.at)  
per Fax an: 07242/9396 – 8110 | oder Tel.: 07242/9396-8100

# UNIMARKT

## Genuss verbindet

### BESTE QUALITÄT

Täglich angeliefertes Obst und Gemüse, stündlich frisch aufgebackenes Brot sowie Gebäck und Fleischwaren mit dem AMA-Gütesiegel.

100% ÖSTERREICH in Bedienung

Wir sind REGIONAL

### REGIONALITÄT

Unimarkt I(i)ebt Regionalität und bietet hochwertige und köstliche Schmankerl aus der Region.

### KLIMANEUTRAL

Unimarkt kompensiert seine Emissionen freiwillig und stellt österreichweit auf ein klimaneutrales Standortnetz um.



### UNIPUR

UNIPur verspricht typisch österreichischen Geschmack für Klein und Groß und legt Wert auf geprüfte Qualität zum besten Preis.



### BIO MIT MEHRWERT

Ob Produkte der Eigenmarke natürlich für uns oder von Alnatura – bei Unimarkt kann man aus einer Vielzahl an tollen Bio-Produkten auswählen



Wer sparen will, muss scannen

Hier geht's zum Flugblatt. Dort gibt's alle aktuellen Angebote auf einen Blick.



# „Gutes vom Bauernhof“-Auszeichnung verliehen

Im Rahmen der zweiten Gala für Prämierungen und Auszeichnungen wurde die Qualitätsmarke „Gutes vom Bauernhof“ durch den Präsidenten der Landwirtschaftskammer OÖ Franz Waldenberger und Kammerdirektor Karl Dietchmair an 18 Betriebe verliehen.

„Gutes vom Bauernhof“ ist eine österreichweit durch die Landwirtschaftskammer Österreich geschützte Marke, die den einzelnen Bundesländern zur Verfügung steht. Sie zeichnet bauerliche Betriebe aus, die neben den gesetzlichen Richtlinien zusätzliche Qualitätsmerkmale erfüllen. Konsumenten erhalten dadurch die Garantie, dass der Betrieb nicht nur die gesetzlichen Auflagen erfüllt, sondern auch hochwertige

und besondere Produkte erzeugt und verkauft. Alle neu ausgezeichneten „Gutes vom Bauernhof“-Betriebe können außerdem die zusätzliche Auszeichnung „AMAGENUSS REGION“ führen. Neben den Direktvermarktern findet man auf der „Gutes vom Bauernhof“-Website auch Bauernmärkte, Hofläden, Mostschänken und „Gutes vom Bauernhof“-Regale in den ADEG-Märkten.

### App „Schmankerl-Navi“

Viele Konsumenten möchten auch unterwegs einzigartige Köstlichkeiten entdecken. Dabei hilft die App „Schmankerl-Navi“. Einfach die gewünschten Produktgruppen aus den Top-Suchwörtern wählen und die App entdeckt die

„Gutes vom Bauernhof“-Betriebe. Wird zusätzlich das „Schmankerlradar“ aktiviert, sendet das Handy ein Signal, wenn sich in der Nähe ein „Gutes vom Bauernhof“-Betrieb befindet.

### Neue „Gutes vom Bauernhof“-Betriebe in Oberösterreich im Jahr 2022:

- Eferding: Simon Humer, Biohof Thomabauer, Prambachkirchen
- Freistadt: Gerald Schöllhammer, Liebenau
- Kirchdorf: Karlheinz Lindbichler, Spital am Pyhrn; Sylvia Pichler, Obergrünburg; Anita und Norbert Platzer, Wartberg an der Krems
- Linz-Land: Gerald Lamm, St. Marien; Maren und Johannes Neubauer, Hofkirchen
- Perg: Christian Lang, Baumgartenberg; Wolfgang Schober und Maria Hopfner, Naarn
- Ried: Pumberger und Grösslbauer OG, Weingut Christian, Mehrnbach; Lukas Schiessl, Kirchdorf am Inn; Ferdinand Wölfinger, Kirchheim
- Rohrbach: Hansjörg Hofmann, Ulrichsberg
- Schärding: Hilde und Johann Gabauer, Esternberg
- Steyr: Cornelia und Peter Buchriegler, Weyer; Anita Neudecker,



Das Jahr 2022 bringt beim oö. Most Jahrgangs-Qualitäten hervor.

- Bad Hall; Armin Rogl, Bad Hall
- Urfahr-Umgebung: Julia und Werner Hanus, Schenkenfelden

### OÖ. Jungmostbetriebe

Am 11. November war Saisonstart für den ersten Most des Jahrgangs, den prämierten OÖ. Jungmost der oberösterreichischen Mostproduzenten. Ab sofort ist dieser bei allen ausgezeichneten Betrieben erhältlich. Der Jungmost, ein klassischer Apfel-Birnen-Most, im Volksmund auch „Mischling“



Bei der Gala für Prämierungen und Auszeichnungen wurde die Qualitätsmarke „Gutes vom Bauernhof“ an 18 Betriebe verliehen.

genannt, besticht durch fruchtiges, spritziges und erfrischendes Aroma.

### Ausgezeichnete Betriebe 2022:

- Tanja und Josef Deisinger – Deisinger-Hof, Katsdorf
- Familie Fischer – Mostkellerei Fischer, Kopfling
- Horst Hubmer, Firlingerhof, Scharten
- Friedrich und Magdalena Lackner, Walding
- Ursula und Manuel Mistlbacher – Humer z'Reith, Leonding
- Obstgut St. Isidor, Leonding
- Stefan Reiter – Naturhof Reiter, Laakirchen
- Gerald Rohrer – Mostschänke Rohrer, Wilhering
- Familie Schedlberger – Moststüb'n Binderberg, Aschach/Steyr
- Wolfgang Schober und Maria Hopfner, Naarn
- BioApfelHof Stögermayr, Wolfsegg
- Andreas Zehetner, St. Marien



# Preiswert & regional

- ✓ Vielfältiges Angebot zu guten Preisen
- ✓ Qualitativ hochwertige Artikel
- ✓ Täglich frische Produkte
- ✓ Angebote und Aktionen auch im Unimarkt Online Shop erhältlich [shop.unimarkt.at](https://shop.unimarkt.at)
- ✓ Große Auswahl an regionalen Schmankerln zum besten Preis



### Genuss auf Vorbestellung: Unsere Feinkostplatten

- 24h Abholbereit nach 24 Std.
- Frisch zubereitet von unseren Mitarbeiter:innen
- großes Angebot



[www.unimarkt.at](https://www.unimarkt.at) | [shop.unimarkt.at](https://shop.unimarkt.at)

REICHLUNDPARTNER



Weil Corona schon alle nervt:  
**Rechtzeitig impfen gehen.**

Besser geschützt durch den Winter

Vorbeugen ist besser als schwer erkranken. Die Corona-Impfung hilft gegen einen schweren Verlauf und gegen Long COVID. Den besten Schutz bieten die 3-teilige Grundimmunisierung und die Auffrischungsimpfung. Alle Fakten. Alle Termine: [corona.ooe.gv.at](https://corona.ooe.gv.at)



Entgeltliche Einschaltung

# Österreichische Krebshilfe OÖ: Beratungsstellen im Überblick

*Aus Liebe zum Leben.*

Berater der Krebshilfe Oberösterreich begleiten und unterstützen Krebspatienten sowie deren Angehörige durch diese herausfordernde und schwierige Lebenssituation. In 14 Beratungsstellen hilft man kostenlos und anonym. Alle Angebote werden ausschließlich durch Spenden finanziert.

Die Diagnose Krebs löst oft eine Art Schockzustand bei den Betroffenen aus und schwärzeste Fantasien belasten Erkrankte und Angehörige. Angst, Wut, Verzweiflung, Ungewissheit – für sehr viele beginnt eine emotionale Achterbahn zwischen Hoffen und Bangen. Viele Fragen tauchen auf, die trotz bester medizinischer Versorgung unbeantwortet bleiben. In 14 Beratungsstellen in ganz Oberösterreich unterstützt die Krebshilfe Erkrankte und deren Angehörige kostenlos und anonym – persönlich, telefonisch oder online. Es gibt viele individuelle Möglichkeiten den Weg durch die Krankheit bestmöglich zu bewältigen. Das kompetente und empathische Team der Krebshilfe Oberösterreich bietet Hilfe, die benötigt wird: Psychologische Begleitung, Sozialarbeit und sozialrechtliche Hilfestellung, Vorsorge- und Tastseminare, „Mama/Papa hat Krebs“, Sexualberatung, Ernährungstherapien, Komplementärmedizin, onkologische Pflege und Nachsorge wird durch Fachexperten der Krebshilfe Oberösterreich angeboten. Erfahrene Kursleiter bieten offene Patientengruppen, gemeinsame Spazierangebote, Yoga- und Beckenboden-Trainings, Tanztherapie, heilsames Singen, Entspannungstraining und Maltherapie an. Weitere Schwerpunkte der Arbeit der Krebshilfe sind Vorsorgeprogramme wie Vorträge an Schulen, bei diversen Organisationen und Unternehmen, im Rahmen der gesunden Gemeinde, Aufklärungsarbeit zu Impfungen und auch die Forschung rund um das Thema Krebs ist der Krebshilfe wichtig. Anmeldungen unter: [service@krebshilfe-ooe.at](mailto:service@krebshilfe-ooe.at) Weitere Informationen: [www.krebshilfe-ooe.at](http://www.krebshilfe-ooe.at)



Die Krebshilfe Oberösterreich bietet ein vielfältiges Beratungsprogramm an.

## BERATUNGSSCHWERPUNKTE



Psychologische  
Begleitung



Ernährungsberatung



Sozialberatung



Medizinische  
Beratung



Vorsorge-Seminare  
& Aktiv-Angebote



Forschung

### BAD ISCHL

Mag. Claudia Schmidt

1 0660 / 45 30 441  
[beratung-badischl@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-badischl@krebshilfe-ooe.at)

### BRAUNAU

Mag. Gudrun Pointner

2 0699 / 12 84 74 57  
[beratung-braunau@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-braunau@krebshilfe-ooe.at)

### EFERDING

Mag. Monika Hartl

3 0664 / 16 67 822  
[beratung-eferding@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-eferding@krebshilfe-ooe.at)

### FREISTADT

Harald Schierer

4 0664 / 452 76 34  
[beratung-freistadt@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-freistadt@krebshilfe-ooe.at)

### GMUNDEN

Mag. Johanna Reuter

5 0660 / 45 30 432  
[beratung-gmunden@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-gmunden@krebshilfe-ooe.at)

### KIRCHDORF

Gisela Moser, MSc

6 0732 / 77 77 56  
[beratung-kirchdorf@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-kirchdorf@krebshilfe-ooe.at)

### LINZ

Mag. Monika Hartl und  
Mag. Bettina Plöckinger

7 0732 / 77 77 56  
[beratung@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung@krebshilfe-ooe.at)

### PERG

Mag. Stefanie Hayder

8 0660 / 92 73 381  
[beratung-perg@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-perg@krebshilfe-ooe.at)

### RIED

Márta Minimair, MSc

9 0660 / 97 44 406  
[beratung-ried@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-ried@krebshilfe-ooe.at)

### ROHRBACH

Mag. Monika Hartl

10 0664 / 166 78 22  
[beratung-rohrbach@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-rohrbach@krebshilfe-ooe.at)

### SCHÄRDING

Mag. Doris Jobst

11 0664 / 44 66 334  
[beratung-schaerding@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-schaerding@krebshilfe-ooe.at)

### STEYR

Mag. Esther Sandrieser-Hubich

12 0664 / 91 11 029  
[beratung-steyr@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-steyr@krebshilfe-ooe.at)

### VÖCKLABRUCK

Mag. Elisabeth Holub-Landl

13 0664 / 54 74 707  
[beratung-vbruck@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-vbruck@krebshilfe-ooe.at)

### WELS

Bärbel Telser

14 0660 / 50 98 550  
[beratung-wels@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung-wels@krebshilfe-ooe.at)

### ERNÄHRUNGSTHERAPIE

Linz

Pia Wildfellner, BSc

Braunau & Ried

Barbara Hummer, BSc

Gmunden & Vöcklabruck

Anna Pamming, BSc

Steyr

Julia Hintsteiner, BSc

KARTE ONLINE  
[www.lustaufland.at/landkarten](http://www.lustaufland.at/landkarten)



## Zu Weihnachten Gutes tun

Die Arbeit der Krebshilfe wird rein durch Spenden finanziert. Mit Ihrer Spende erfüllen Sie krebserkrankten Menschen und deren Familien den Wunsch nach Hilfe. Sie geben Hoffnung, Zuversicht und Unterstützung.

RLB OÖ: AT66 3400 0000 0103 9890  
HYPO OÖ: AT70 5400 0000 0025 5968  
SPK OÖ: AT77 2032 0000 0011 7334



CODE  
SCANNEN &  
ONLINE  
SPENDEN.



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE  
OBERÖSTERREICH

LEBEN

# Nachhaltig wirtschaften

Das Konzept der Bioökonomie: Ziel ist es, den fossilen Material- und Energieverbrauch zu reduzieren und ihn gleichzeitig durch nachwachsende Rohstoffe zu ersetzen.

THOMAS MURSCH-EDLMAYR

Energiekrise, Teuerung und Nahrungsmittelknappheit – und gerade jetzt soll die Menschheit auch noch die Welt retten? Es scheint, dass durch die aktuellen Krisen Themen wie Umweltschutz, Ressourcenschonung oder ein nachhaltiges Wirtschaftsmodell aus dem Fokus der Gesellschaft und der Politik gerückt sind. Und trotzdem oder gerade jetzt braucht es Konzepte für einen bewussten Umgang mit den natürlichen Ressourcen. Ein Beispiel dafür, die Bioökonomie.

## Viel Abfall und knappe Rohstoffe

Durch die industrielle Revolution im 18. Jahrhundert sind die Grundbedürfnisse der Menschen massiv angestiegen. Um 1900 hat die Menschheit 7,3 Gigatonnen an Rohstoffen aus der Natur extrahiert – davon 75 Prozent aus Biomasse. Jetzt, 120 Jahre

später, sind es 95 Gigatonnen Material, wovon noch 25 Prozent aus Biomasse stammen. „Das hat neben einer Anhäufung von Infrastruktur wie beispielsweise Gebäuden, Straßen und Gegenständen zu einem enormen Anstieg an Abfall geführt. In weiterer Folge sind gewisse Rohstoffe wie Kupfer, Kobalt aber auch fossile Rohstoffe noch knapper geworden“, erklärt Martin Greimel, Leiter des Zentrums für Bioökonomie an der Universität für Bodenkultur (Boku) in Wien. In Europa werden aktuell lediglich 13 Prozent der Extraktion im Kreis geführt – in Österreich liegt der Wert mit acht Prozent noch niedriger. Zudem habe sich die Umweltproblematik verschärft.

## Endliches Wachstum

Erstmals ist der Begriff „Bioökonomie“ in den 1970er-Jahren im

Ein Forschungsprojekt damals war die Erzeugung von Bioethanol aus Mais. „Das hat zu einer massi-

## Ökosoziales Forum diskutiert über das Wirtschaftssystem der Zukunft



Max Hiegelsberger (l.) und Anni Pichler (Mitte) mit den Referenten Kuno Haas, Katharina Perfahl und Martin Greimel (v. l.)

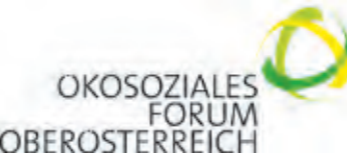
„Die Bioökonomie ist eine lebendige Wirtschaft auf der Grundlage nachwachsender Rohstoffe und damit auch ein Grundpfeiler des ökosozialen Denkens“, so der Obmann des Ökosozialen Forums Oberösterreich Max Hiegelsberger. Gemeinsam mit Geschäftsführerin Anni Pichler lud er im November in die „Grüne Erde“-Welt im Almtal, um über das hochaktuelle

Thema Bioökonomie als Wirtschaftsmodell der Zukunft zu diskutieren. Die Suffizienz, also die Genügsamkeit im Sinne eines möglichst geringen Rohstoffverbrauchs, spielt dabei eine wichtige Rolle. Darin waren sich beide Referenten – „Grüne Erde“-Eigentümer Kuno Haas und Bioökonomie-Experte Martin Greimel – einig.

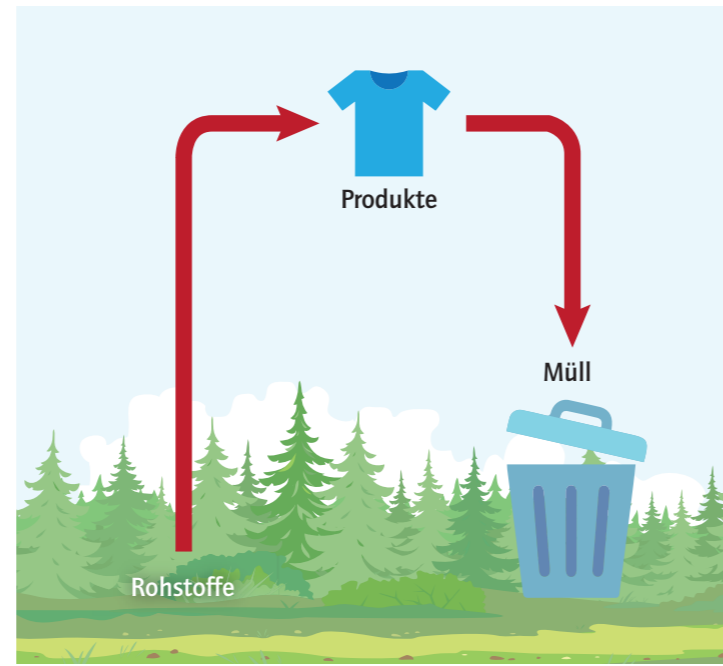
## ÖKOSOZIALES FORUM

Klimawandel, ökosoziale Steuerreform, Bioökonomie und Faire Mode... über diese unterschiedlichen gesellschaftlichen Herausforderungen wurde bisher bei Veranstaltungen diskutiert. Das Ökosoziale Forum unterstützt dabei eine Entwicklung, in der Wirtschaft, Soziales und Umwelt gleichermaßen beachtet werden.

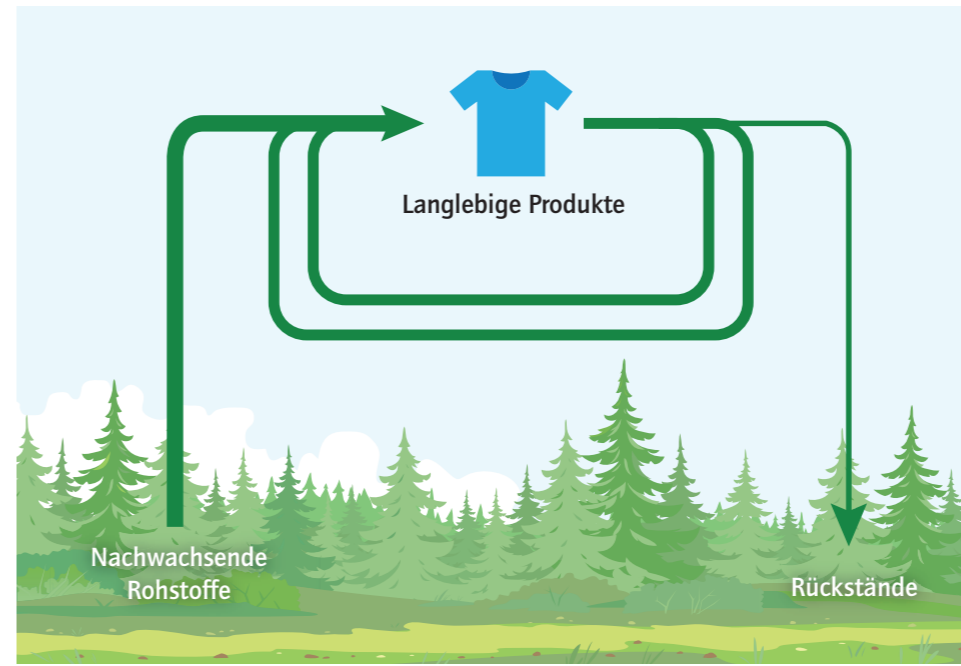
**Kontakt, Infos und Videos zu Veranstaltungen:**  
Web: [www.oekosozial.at/](http://www.oekosozial.at/)  
Facebook: [fb.com/oekosozialesforumooe](https://www.facebook.com/oekosozialesforumooe)  
Anmeldung zum Newsletter: E-Mail schreiben an [office@oekosozialesforum.at](mailto:office@oekosozialesforum.at)



## Lineare Ökonomie



## Kreislaufwirtschaft – Bioökonomie



Die lineare Ökonomie (linke Illustration) verbraucht zu viele (fossile) Rohstoffe und erzeugt massiv Müll. Bei der Kreislaufwirtschaft (rechte Illustration) geht es um die Erzeugung biobasierter Rohstoffe sowie Verwertung biogener Abfälle und Reststoffe von Land, Forst und Wasser. Dazu gehört auch die Entwicklung von Be- und Verarbeitungsprozessen. Neben umweltwissenschaftlichen Aspekten (Klimawandel) müssen auch sozialwissenschaftliche Aspekte (regionale Wertschöpfung) miteinbezogen werden.

GRAFIK: LUSTAUFLAND

## NETZWERK BIOECONOMY AUSTRIA

Heuer im Sommer haben Klimaschutz- und Landwirtschaftsministerium den Startschuss für den Aufbau des Bioökonomie-Netzwerks „Bioeconomy Austria“ gegeben. Jetzt im November wurde der Bioökonomie-Aktionsplan präsentiert. Dieses Projekt soll ein breites Netzwerk zur Förderung der regionalen Wirtschaft sowie der Zusammenarbeit entlang gemeinsamer Wertschöpfungsketten aufbauen.

Der erste Schwerpunkt liegt auf dem Rohstoff Holz: „Die Nutzung von Holz als Bau-, Werk- und Energierohstoff ist eine wesentliche Säule eines biobasierten Gesellschafts- und Wirtschaftssystems. Holzverwendung ist nicht nur ein aktiver Beitrag zum Klimaschutz und sichert Arbeitsplätze, sondern trägt auch zu unserer Unabhängigkeit von fossilen Rohstoffen bei. In der holzbasierten Bioökonomie steckt noch sehr viel Potenzial und das wollen wir jetzt anknüpfen. Mit dem Aufbau eines bundesweiten Netzwerkes leisten wir einen wesentlichen Beitrag dazu“, so Landwirtschaftsminister Norbert Totschnig.

## GEWINNSPIEL

Leser der Lust aufs Land können gewinnen:

**Grüne Erde Wohndecke & Führung für zwei Personen durch die Grüne Erde-Welt**



Grüne Erde

Mitmachen unter [www.lustaufsland.at/gewinnspiele](http://www.lustaufsland.at/gewinnspiele), Teilnahmeschluss: 11. Dezember 2022

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](http://www.lustaufsland.at)

## Vignetten-Abo!

Abonnieren Sie jetzt das „ÖÖ Volksblatt“ für **1 Jahr** zum Preis von **€ 29,90** im Monat und Sie erhalten von uns **zusätzlich kostenlos eine Jahresvignette 2023!**  
(Nur gültig solange der Vorrat reicht)

Bestellen Sie ganz einfach telefonisch unter 0732/7606-730 oder per E-Mail an [abo-service@volksblatt.at](mailto:abo-service@volksblatt.at) oder über unseren Webshop <https://abo.volksblatt.at>

# ZukunftsFIT-CHECK für Ihr Gebäude

Machen Sie Ihre Immobilie fit für zukünftige Herausforderungen.

Senken Sie Ihre Energiekosten indem Sie Ihr Gebäude zukunftsfähig machen. Die Experten der IfEA beraten vor Ort und zeigen Ihnen, wo Sie richtig viel sparen können und Ihre Immobilie für zukünftige Herausforderungen wappnen. Der **ZukunftsFIT-Check** ist eine Machbarkeitsanalyse mit einer Grobkostenschätzung zukünftiger Investitionen und deren Amortisation in Berichtsform.



**KONTAKT**  
Tel.: 05/9000-3794  
E-Mail: [office@ifea.at](mailto:office@ifea.at)  
[www.ifea.at](http://www.ifea.at)

Eine Kooperation zwischen Energie AG Oberösterreich Vertrieb GmbH und dem Tochterunternehmen IfEA Institut für Energieausweis GmbH.





WISSENSCHAFT

# Keine Klimakiller

Zu Unrecht standen Rinder mehr als ein Jahrzehnt lang in Verruf, wenn es um die Emission klimaschädlicher Gase ging. Ja, sie stoßen Methan aus – aber mit deutlich geringeren Auswirkungen als stets kolportiert.

GABI CACHA



FOTO: LEVA BALU - STOCK.ADOBE.COM

Die heimische Landwirtschaft verwehrt sich schon lange gegen die Darstellung, die Haltung von Nutztieren pauschal als klimaschädlich abzustempeln. Wiederkäuer erhalten Grünland – was bereits indirekt das Klima schützt – und produzieren daraus hochwertige Lebensmittel, die vor allem zum Decken des täglichen Eiweißbedarfs der Menschen beitragen. Ganz nebenbei wird dadurch auch das von Einheimischen und Touristen gleichermaßen geschätzte Landschaftsbild erhalten.

Bislang berechneten Wissenschaftler, allen voran der Weltklimarat (IPCC), die Umweltwirkungen anhand des relativen Treibhauspotenzials (Global Warming Potential, GWP), wobei der Beitrag eines Treibhausgases

zur Erderwärmung in Relation zur selben Menge CO<sub>2</sub> gesetzt wird – stets bezogen auf zumeist 100 Jahre. Methan verfügt aber über eine deutlich kürzere „Lebensdauer“ (siehe Infokasten), weshalb die Rufe nach einer differenzierten Betrachtung immer lauter geworden waren. Kürzlich ist die von internationalen Wissenschaftlern erarbeitete neue Umrechnungsmetrik vorgestellt worden. „Diese stellt einen dynamischen Zugang dar, der zugleich Emissionen und Abbau bewertet“, sagt Stefan Hörtenhuber vom Institut für Nutztierwissenschaften an der Universität für Bodenkultur (BOKU) Wien.

Auf die heimische Tierhaltung umgelegt, sei der Effekt überaus positiv, wie eine BOKU-Studie zeigte. Bislang sei der kontinuierliche Rückgang der Emissionen

**METHAN**

Methan (CH<sub>4</sub>) ist ein farb- und geruchloses Gas, dessen Treibhauspotenzial auf 100 Jahre bezogen etwa 28-mal höher ist als jenes von Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>). Allerdings ist seine Verweildauer in der Erdatmosphäre viel kürzer – sie liegt bei zwölf Jahren gegenüber durchschnittlich mehreren hundert Jahren bei CO<sub>2</sub>.

nen, wie er in der österreichischen Landwirtschaft stattgefunden habe, nicht berücksichtigt worden.

**Österreich schneidet viel besser ab**

In Österreich sind etwa die Milchkuhbestände seit 1990 um mehr als 40 Prozent gesunken – obwohl heute mehr Milch produziert wird als damals. Bei derart sinkenden Emissionen sei der Klimawandeleffekt mit der herkömmlichen Berechnungsmethode ganz einfach überschätzt worden, betont der Wissenschaftler. Damit ist klar: Kühe sind keine Klimakiller und so wie die Tierhaltung und damit Lebensmittelproduktion in Österreich stattfindet, ist es schlichtweg zu kurz ge-griffen, diese als Klimasünder zu deklarieren.

KLIMA

# Wirtschaft neu denken

Zunehmende Unwetterextreme, bedingt durch den Klimawandel, und der rasant fortschreitende Bodenverbrauch sind die größten Herausforderungen für die österreichische (Land-)Wirtschaft.

ÖSTERREICHISCHE HAGELVERSICHERUNG

Der Klimawandel, also die Erderwärmung, ist längst in Österreich für alle spürbar und leider zur Normalität geworden. Die Landwirtschaft mit ihrer Werkstatt unter freiem Himmel ist vom Klimawandel besonders stark betroffen. Die Erderwärmung sorgt dafür, dass mehr Energie und Wasserdampf in der Atmosphäre sind, und dies führt vermehrt zu extremen Unwettern. Dabei können Hagel, Sturm und Überschwemmung die Äcker, Wiesen, Wein-, Obst- und Gemüsegärten regelrecht verwüsten. Doch auch ausbleibender Niederschlag ist ein zunehmend heißes Thema in der Landwirtschaft. Wie enorm die Folgen des Klimawandels sind, zeigen die Schäden in der heimischen Landwirtschaft: 170 Millionen Euro im heurigen Jahr, knapp zwei Milliarden Euro – die Hälfte davon alleine durch das Risiko Dürre – in den vergangenen zehn Jahren. Das sind gewaltige Summen!

man durch die Verbauung auch wertvollen Kohlenstoffspeicher verliert. Mehr CO<sub>2</sub> in der Atmosphäre beschleunigt die Erderwärmung. Andererseits kann verbauter Boden bei Starkniederschlägen kein Wasser aufnehmen, Überschwemmungsschäden nehmen zu. Zusätzlich entzieht fehlender Boden die Grundlage für die Lebensmittelproduktion. Österreich hat beim Brotgetreide mittlerweile nur mehr einen Selbstversorgungsgrad von 87 Prozent, bei Kartoffeln 85 Prozent, bei Gemüse 55 Prozent, bei Obst 45 Prozent und bei Soja nur 34 Prozent. Wohin Abhängigkeiten aus dem Ausland führen, das ist aktuell zu sehen. Eines muss daher klar sein: Von Beton kann man nicht abbeißen und ein Land mit immer weniger Böden ist wie ein Mensch mit immer weniger Haut – nicht überlebensfähig.

**Wirtschaft muss neu gedacht werden**

Zur Erreichung des 2,5-Hektar-Ziels der Bundesregierung braucht es neben einem umfassenden Maßnahmenbündel – wie Leerstandsanieurung, konsequente Innenentwicklung, mehr direkte Demokratie durch Volksbefragungen etc. – sowie einer verbindlichen Bodenschutzstrategie auch ein volkswirtschaftliches Umdenken. Nicht die Natur braucht uns, sondern wir brauchen die Natur. Daher müssen Menschen die Natur schützen und endlich einen Wandel hin zu einem intelligenteren Wirtschaftsdenken einleiten. Unbegrenzt Wirtschaftswachstum mit Gewinnmaximierung zu Lasten der Natur ist heute nicht mehr zeitgemäß. Daher darf man den Wohlstand einer Gesellschaft nicht allein an einer einzigen Kennzahl, dem Bruttoinlandsprodukt, bemessen. Wirtschaft muss neu gedacht werden. Man muss in die jährliche volkswirtschaftliche Gesamtrechnung auch die Kennzahl Naturkapital aufnehmen. Wie viele Böden haben

**Land der Bagger**

Agrarflächen werden nicht nur durch zunehmende Naturkatastrophen zerstört, sondern zusätzlich auch durch ungezügelt Verbauung für immer aus der Produktion genommen und damit zerstört. Österreich ist hier Europameister – allerdings im negativen Sinn: 11,5 Hektar (umgerechnet 16 Fußballfelder) Äcker und Wiesen werden pro Tag für den Bau von Straßen, Supermärkten, Immobilien und Gewerbebetrieben verbaut. Dabei hat Österreich eines der dichtesten Straßennetze Europas (15 Meter/Kopf), ist ebenso bei den Supermarktflächen (1,67 Quadratmeter/Kopf) im Spitzenfeld und hat 40.000 Hektar leer stehende Immobilien, was einer Größenordnung der Stadt Wien entspricht. Aufgrund des steigenden Bodenverbrauchs werden Wetterextreme weiter zunehmen, da



Wenn die Natur unter dem Klimawandel leidet: Dürreschäden bei Mais



In Österreich werden täglich 11,5 Hektar Äcker und Wiesen verbaut.

wir wieder durch Verbauung für immer zerstört? Alleine in den letzten 25 Jahren wurden in Österreich 150.000 Hektar Äcker und Wiesen aus der Produktion genommen. Das entspricht der Agrarfläche des Bundeslandes Burgenland. Aber auch das Humankapital gehört berücksichtigt – wie geht es den Menschen bei der Entwicklung.

**Bodenschutz ist Klimaschutz**

Faktum ist: Der Boden ist ein Wunderwerk und eine nicht erneuerbare, wertvolle Ressource. In einer Hand voll Erde leben mehr Lebewesen, als es Menschen auf der Erde gibt: acht Milliarden. Dieses Wunderwerk Boden liefert Lebensmittel, Energie und Rohstoffe, bindet Kohlenstoff und reguliert damit Dürren, reinigt Wasser und reduziert die Hochwassergefahr, gibt Menschen, Tieren und Pflanzen Lebensraum. Der Boden ist, neben allen anderen Maßnahmen im Kampf gegen die Klimakrise, entscheidend für die Bewältigung des Klimawandels – der größten gesellschaftlichen Herausforderung unserer Zeit. Was hilft die beste Risikoabsicherung gegen Wetterextreme, wenn landwirtschaftliche Flächen durch Verbauung zerstört werden. Auch unsere Kinder und Kindeskiner wollen eine lebenswerte Zukunft haben – das sind wir ihnen schuldig.

ANZEIGE

Beiträge, Tipps, Rezepte und vieles mehr auf [www.lustaufsland.at](http://www.lustaufsland.at)



## Nachhaltigkeit: Stabile Wälder bedeuten eine sichere Heimat

„In Oberösterreich reden wir nicht nur von Klima- und Umweltschutz. In Oberösterreich tun wir, was wir als Land tun können. Neupflanzung und Aufforstung sind entscheidend für den Schutz der heimischen Wälder und ein wirksames Mittel gegen den Klimawandel“, betont Landeshauptmann Thomas Stelzer bei der Besichtigung der Aufforstungsflächen des Herzog von Württembergischen Forstbetriebs in Hinterstoder.



Landeshauptmann Thomas Stelzer im Gespräch zum Thema Wald

**Wälder sind natürliche Klimaschützer**

In Summe verfügt Oberösterreich aktuell über 500.000 Hektar Wald, d.h. 42 Prozent der Landesfläche sind bewaldet. „Es wächst deutlich mehr Holz nach, als genutzt wird“, verweist Stelzer darauf, dass in Oberösterreich aktuell jährlich rund 4,7 Millionen Festme-

ter Holz nachwachsen, aber nur 3,9 Millionen genutzt werden.

**Biomasse muss erneuerbar bleiben**

Beim Besuch der Aufforstungsflächen in Hinterstoder nahm Stelzer auch zum Vorschlag des EU-Parlaments Stellung, Biomasse nicht mehr vollständig als erneuerbare Energiequelle anzuerkennen. „Es kann nicht sein, dass Atomkraft einen grünen Anstrich be-

kommt, während der Ausbau von Biomasse nicht mehr als erneuerbare Energien gelten soll. Es sagt einem der Hausverstand, dass die Nutzung von nachwachsendem Holz ökologischer ist als die Kernspaltung von Brennstäben. Wir müssen unabhängiger werden von russischem Gas und müssen jede Möglichkeit nutzen, erneuerbare Energiegewinnung auszubauen – auch die Biomasse“, so Stelzer.

ANZEIGE



Mit einem Anteil von über 60 Prozent am Ertragswald ist die Fichte die wichtigste heimische Baumart. Ihr Holz ist sehr tragfähig und lässt sich leicht bearbeiten.

Für den Aufbau eines Waldbestandes spielt die Naturverjüngung – also die natürliche Form der Walderneuerung – eine wesentliche Rolle. Dabei bilden die Bäume Samen und Früchte, die zu Boden fallen und keimen.



Ohne menschliches Zutun entstehen so neue Gehölze. Durch die natürliche Verjüngung ist der Wald widerstandsfähiger und „zukunftsfit“, da eher standortgerechte Jungbäume nachwachsen, die sich an Boden und Klima anpassen.



Die natürliche Form der Walderneuerung, die zudem geldsparend ist, wird hierzulande mit der künstlichen Verjüngung – also der Pflanzung von Jungbäumen – kombiniert.



Dabei werden die Jungpflanzen etwa von bäuerlichen Forstpflanzenzüchtern bezogen. Im Alter zwischen zwei und fünf Jahren werden diese dann im Wald ausgepflanzt. So können stabile Mischbestände aufgebaut werden.



Nach der Verjüngung des Bestandes müssen die Jungbestände gepflegt werden, um Faktoren wie Vitalität, Stabilität und Qualität im Wald positiv zu beeinflussen.

REPORTAGE

# Der Wald, ein Tausendsassa

Das grüne Herz Oberösterreichs – der Wald – birgt nicht nur einen Ort der Erholung in sich, sondern auch einen heiß begehrten und nachhaltigen Rohstoff.

ANNA SOPHIE LUEGMAIR

Der Wald ist mehr als die Summe seiner Bäume – denn seine Bedeutung ist vielfältig. So schafft dieser Holz, reinigt Luft sowie Wasser und produziert gleichzeitig auch noch Sauerstoff. Weiters erfüllt der „Tausendsassa Wald“ eine Menge an Schutzfunktionen und dient als Lebensraum für Mensch und Tier. Vor allem aber die Bedeutung des Waldes als Energielieferant ist derzeit in aller Munde und spielt eine immer wichtigere Rolle.

## Holzreichtum: Wald ist Trumpf

Gut daher, dass Oberösterreich als absolutes Waldland bekannt ist. Denn nicht weniger als 42 Prozent der Landesfläche ist bewaldet. Manche Regionen weisen sogar einen Bewaldungsanteil von mehr als 70 Prozent auf. Und das ist noch lange nicht alles, denn der Wald wächst und wächst.

4,2 Millionen Kubikmeter Holz bilden sich im Land ob der Enns jährlich nach. Das entspricht einem Flächenzuwachs von etwa 1200 Fußballfeldern pro Jahr mit einer Holzmenge, mit der man alle fünf Minuten ein Einfamilienhaus errichten könnte. Darüber hinaus wird der Zuwachs, ganz im Sinne der

Nachhaltigkeit – einem Begriff der im Übrigen bereits vor etwa 300 Jahren in der Forstwirtschaft geprägt wurde – nicht gänzlich genutzt. So lautet das Grundprinzip, welches auch im heimischen Forstgesetz verankert ist, bereits seit eh und je: nicht mehr Holz zu ernten, als wieder nachwächst. Für künftige Generationen ist der Nachwuchs von Nadel-, Laub-, Misch- und Auwäldern also sicher. Weiters wird etwa die Hälfte der Waldfläche von Kleinwaldbesitzern wie Bäuerinnen und Bauern bewirtschaftet, was in vielen Teilen der Welt gänzlich anders ist. Bei der Verwendung von Holz für Bauen, Wohnen oder Heizen kann man sich hierzulande also sicher sein, einen nachhaltigen Rohstoff in der Hand zu halten.

## Holz nützen, Klima schützen

Darüber hinaus nehmen Bäume beim Wachsen das Treibhausgas Kohlenstoffdioxid (CO<sub>2</sub>) aus der Atmosphäre auf. So speichert ein Kubikmeter Holz den Kohlenstoff von einer Tonne CO<sub>2</sub>, was in etwa den Abgasen von 7000 Autokilometern entspricht. Somit sind langlebige Produkte aus Holz und speziell Holzbauten große CO<sub>2</sub>-Speicher, die das Treibhausgas binden und dadurch das Klima aktiv schützen.



Lichtverhältnisse spielen eine wichtige Rolle bei der Jungbestandspflege im Wald. Weiters gilt es auf den Wildverbiss, wie zum Beispiel durch Rehe, zu achten. Die enge Abstimmung mit der Jägerschaft ist wichtig.



Hat der Jungwald eine gewisse astfreie Stammlänge erreicht, so kann die Durchforstung beginnen, um die besten Bäume zu begünstigen. So wird gerne ein gelbes Stoffband zur Markierung von Ausleseebäumen (Zukunftsbäumen) verwendet.



Beim Durchforsten werden Bäume entnommen, welche beispielsweise Zukunftsbäume bedrängen. Erste Erlöse lassen sich dabei erzielen. Die Ernte der Waldbestände erfolgt weiters unter Beachtung der optimalen Baumdimensionen, welche je nach Baumart variiert.

## Raiffeisenlandesbank OÖ treibt grüne Transformation voran

Banken sind als Kapitaldreh-scheiben für die grüne Transformation und damit für das Ziel Klimaneutralität 2050 entscheidend. Die Europäische Union versucht mit neuen Normen und Regelwerken nachhaltige Wirtschaftsaktivitäten zu fördern. Investitionen in Nachhaltigkeit bieten somit große Chancen und Wachstumspotenziale.



RLB OÖ-Generaldirektor Heinrich Schaller setzt auf Nachhaltigkeit als Chance für die Zukunft.

### Nachhaltigkeit als Mehrwert

Die Raiffeisenlandesbank OÖ (RLB OÖ) setzt bereits seit mehr als zehn Jahren Akzente für nachhaltige Unternehmensführung und gesellschaftliche Verantwortung. „Wir sind davon überzeugt, dass wir mit unserem Handeln einen echten Mehrwert für die Gesellschaft und die Umwelt leisten können, der sowohl regional als auch global von Bedeutung ist“, sagt RLB OÖ-Generaldirektor Heinrich Schaller. Ein Beispiel für die zahlreichen nachhaltigen Initiativen der RLB OÖ ist das Thema emissionsfreie Mobilität. Dienstreisen werden möglichst durch Videokonferenzen ersetzt. Nötige Fahrten sind bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln zurückzulegen. Allein durch Fahrten mit dem Zug konnten im Jahr 2021 20,8 Tonne CO<sub>2</sub>-Emissionen eingespart werden.

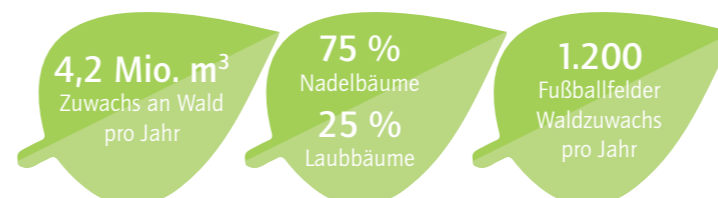
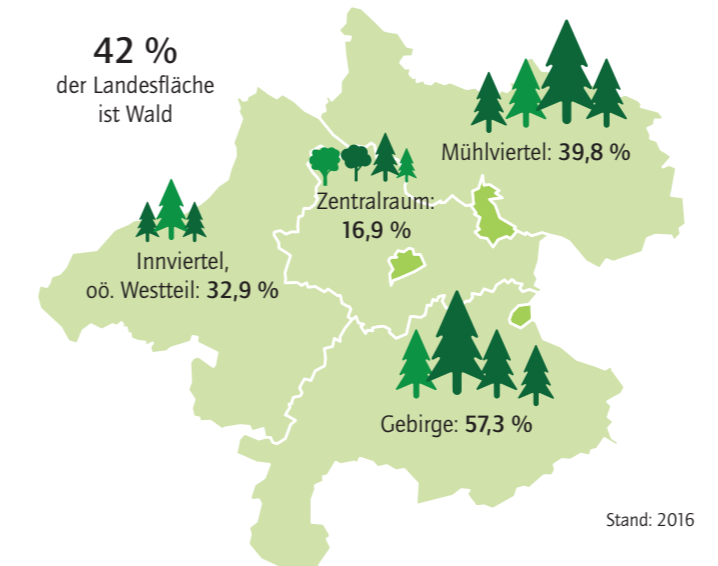
### Zukunftsfit mit Nachhaltigkeit

„Die RLB OÖ trägt als stärkste Regionalbank Österreichs und wesentlicher Impulsgeber eine große Verantwortung. Nachhaltiges Denken und Handeln sind nicht nur wichtige Grundätze in der täglichen Arbeit, sondern auch tief in der Raiffeisen-DNA verankert. Die Nachhaltigkeitsstrategie der RLB OÖ bildet deshalb einen weiteren wichtigen Baustein für die aktuelle und zukünftige Ausrichtung des Unternehmens“, so Schaller. Um die stetig steigenden Herausforderungen in Bezug auf Nachhaltigkeit zu erfüllen, wurde neben der Nachhaltigkeitsstrategie auch ein eigener Bereich

„Nachhaltigkeitsmanagement“ in der Bank etabliert. Die internen und externen Aktivitäten sollen einen wesentlichen Beitrag zu einer lebenswerten Zukunft für alle leisten und den nachfolgenden Generationen dienen – ganz unter dem bekannten Sinnspruch „There is no Planet B“. Das Thema Nachhaltigkeit betrifft als Querschnittsaufgabe aber alle Bereiche der RLB OÖ – denn die Transformation hin zu einem nachhaltigen Unternehmen kann nur dann gelingen, wenn alle Mitarbeiter nachhaltig agieren. Die Nachhaltigkeitsstrategie bietet Orientierung für das tägliche Handeln jeder und jedes Einzelnen.

ANZEIGE

### Waldreiches Oberösterreich



Oberösterreich ist reich an Wald. So sind mehr als 40 Prozent der Landesfläche mit Wald bedeckt, wobei 75 Prozent Nadelbäume und 25 Prozent Laubbäume sind. Die Fichte ist dabei die am häufigsten vorkommende Baumart, gefolgt von der Buche, der Tanne sowie der Esche. QUELLE: GRUNDSTÜCKSDATENBANK BEV, PRO HOLZ OÖ, GRAFIK: LUSTLAUF/LAND/JANK

**Raiffeisen Oberösterreich**

**FROHE WEIHNACHTEN**

WIR MACHT'S MÖGLICH. raiffeisen-ooe.at/dankesagen

# Lernen in der Backstube

Die Vorweihnachtszeit eignet sich perfekt dafür, um Kinder in die Küche zu bitten und ihnen ein bisschen Lebensmittel-Wissen näherzubringen.

GABI CACHA

**D**ie Weichen für ein gesundes Ernährungsverhalten werden schon in der Kindheit gestellt. Um das Interesse dafür zu wecken, empfiehlt es sich, den Nachwuchs beim Kochen und Backen mithelfen zu lassen.

Die Vorweihnachtszeit eignet sich perfekt, um Kinder in die Küche zu locken. Kekse, Kipferl, Bus-

serl und allerlei süße Verzierungen sind Argument genug für die kleinen Helfer. „Beim Backen mit Kindern sollten alle Zutaten schon griffbereit sein, die Kinder dürfen dann aber beim Abwiegen und Vermischen mithelfen, sodass sie wirklich auch von Anfang an dabei sind“, sagt Seminarbäuerin Manuela Schneiderbauer, die regelmäßig Koch- und Backkurse mit Kindern leitet. Sie rät, Kinder schon früh daheim mithelfen zu lassen. „Achtjährige, die noch nie ein Ei aufgeschlagen haben, das kommt immer wieder vor, auch bei uns am Land“, erzählt Schneiderbauer. Problematisch sei, wenn die Eltern selbst wenig Zugang zum Kochen haben. „Viele sind berufstätig und haben keine Zeit oder wollen sich keine Zeit dafür nehmen“, sagt Schneiderbauer.

## Kinder an den Herd

Dabei lassen sich Kinder rasch begeistern, wenn man sie nur lässt. Dass das Wirken der jungen Nachwuchsbacken in der Küche deutliche Spuren hinterlässt, dürfe nicht als Problem gesehen werden: „Das gehört dazu, darauf muss man sich einlassen“, sagt die dreifache Mutter. Parallel zum Kneten und Ausstechen lässt sich ein bisschen Lebensmittel-Wissen vermitteln. Woher kommen die Eier? Wie schaut Vollkorn-Mehl aus? Auch Themen wie Regionalität oder Saisonalität und warum diese wichtig sind lassen sich Kindern schon gut vermitteln.



**Manuela Schneiderbauer, Seminarbäuerin:** „Das gemeinsame Backen in der Vorweihnachtszeit gehört auch zum Brauchtum.“

Wer mit seinen Kindern gemeinsam Weihnachtskekse bäckt, produziert zudem schöne Erinnerungen. „Außerdem kann man später einmal auch nur das weitergeben, was man selber kennengelernt hat. Das Backen in der Vorweihnachtszeit gehört ja auch zum Brauchtum“, sagt Schneiderbauer.

Beim Backen auf die schnelle anstatt auf die traditionelle Art zu setzen und zum fertigen Keksteig aus dem Supermarkt zu greifen ist keine gute Idee. Hochverarbeitete Zutaten und Zusatzstoffe werden nämlich mit der backfertigen Ware mitgekauft, etwa Emulgatoren, Feuchthalte- und Antioxidationsmittel. Der Teig soll schließlich lange haltbar sein und fest binden. Aus

## KINDERKOCKKURSE

Ob Kochkurse für Erwachsene, spezielle Kinderkochkurse oder Workshops für Schulen, das vielfältige Angebot der Seminarbäuerinnen bietet für jeden Geschmack etwas. [www.seminarbauerinnen-ooe.at](http://www.seminarbauerinnen-ooe.at)

## TIPPS FÜR DAHEIM

- Alles gut vorbereiten: Kinder wollen gern sofort loslegen, daher alle Zutaten griffbereit halten.
- Einfach Spaß haben: „Fehler“ sind erlaubt, es darf auch einmal etwas schiefgehen.
- Zutaten kosten lassen: Kinder sollen lernen, sie Lebensmittel schmecken, riechen, sich anfühlen
- Selber machen: Das Erfolgserlebnis ist größer und die Freude am Backen steigt, wenn Kinder möglichst viel selber machen dürfen.
- Rezepte aussuchen lassen: Wenn Kinder entscheiden dürfen, sind sie noch lieber dabei.
- Es gibt für alle Hände etwas zu tun: kleinere Kinder können etwa kleine Teigteile kneten, Kekse ausstechen und verzieren.
- Verkosten: Die selbst gemachten Leckerbissen müssen auch gemeinsam verkostet werden.

QUELLE: „KINDER BACKEN MIT CHRISTINA“

## BUCHTIPPS

Erfolgsautorin Christina Bauer stellt im Buch „Kinder backen mit Christina“ 30 Rezepte vor, die sicher gelingen. Dazu gibt es Geschichten rund um den Bauernhof. Das Buch (Verlag Löwenzahn) ist unter ISBN 978-3-7066-2679-8 zum Preis von 26,90 Euro im Buchhandel erhältlich.

Mehr als 70 Rezepte für Kekse, Brote, Stollen und Striezel umfasst „Weihnachten mit Christina“. Es kommt ebenso aus dem Verlag Löwenzahn und ist unter ISBN 978-3-7066-2696-5 zum Preis von 29,90 Euro erhältlich.

## GEWINNSPIEL

Verlost werden je zwei Exemplare der beiden Bücher „Kinder backen“ und „Weihnachten“

Mitmachen unter [www.lustaufsland.at/gewinnspiele](http://www.lustaufsland.at/gewinnspiele); Teilnahmeschluss: 11. Dezember 2022

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 auf's Land“ zur Abwicklung des Gewinnspiels verwendet werden. Nähere Informationen zum Datenschutz unter [www.lustaufsland.at](http://www.lustaufsland.at)



FOTO: IMAGALIA/AN - STOCK.ADOBE.COM



REZEPTE ONLINE  
[www.lustaufsland.at/online-kochbuch](http://www.lustaufsland.at/online-kochbuch)

## Schnelle Cookies

**Zutaten:**  
2 Eier, 120 g Staubzucker, 130 g Weizenmehl, Prise Salz, 120 g gehackte Walnüsse, 1 TL Weinsteinbackpulver, 100 g gehackte Kuchschokolade, eventuell getrocknete Früchte

**Zubereitung:**  
Mit dem Handmixer die Eier mit Zucker dickschaumig rühren, die restlichen Zutaten vermischen und in die Masse einrühren. Mit einem Löffel den Teig auf ein mit Backpapier belegtes Backblech portionieren. Im vorgeheizten Backrohr bei 180 °C goldgelb backen. Dieses Grundrezept kann nach Lust und Laune abgewandelt werden. Ein paar Ideen: Walnüsse durch Kürbiskerne, Haselnüsse oder Sonnenblumenkerne ersetzen; Teig mit Zimt, Lebkuchengewürz oder Kakaoapulver aromatisieren; vor dem Backen mit dem Daumen eine Vertiefung in die Cookies drücken und mit Marmelade füllen.

QUELLE: SEMINARBAUERINNEN.OÖ

## Eierlikörkekse

**Zutaten:**  
Mürbteig: 200 g Backfein Mehl glatt, 1/2 Kl Backpulver, 1 Pkg. Vanillezucker, 1 EL Eierlikör, 2 Dotter, 80 g Staubzucker, 100 g weiche Butter; Creme: 250 ml Milch, 18 g Vanillepuddingpulver, 100 ml Eierlikör, 100 g weiche Butter, 50 g Staubzucker; zum Bestreuen: etwas Staubzucker



**Zubereitung:**  
Mehl und Backpulver mischen und in eine Rührschüssel sieben. Vanillezucker, Eierlikör, Dotter, Staubzucker, weiche Butter der Reihe nach dazugeben und mit dem Mixer zu einem Teig verkneten. Diesen eine 1/2 Stunde abgedeckt kalt stellen. Für die Creme Milch und Puddingpulver nach Anleitung zubereiten, von der Kochstelle nehmen und unter mehrmaligem Umrühren auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Den Teig 3 mm dick ausrollen und mit einem beliebigen Ausstecher Kekse ausstechen. Aus der Hälfte der Kekse Löcher nach Wahl ausstechen und mit den übrigen Keksen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Backrohr auf mittlerer Schiene circa 12 Minuten backen. Den überkühlten Pudding mit Eierlikör glattrühren. Butter mit Staubzucker schaumig rühren, die Puddingmasse dazugeben und kurz unterrühren. Die erkalteten Kekse mit Creme zusammensetzen und mit Staubzucker bestreuen.

QUELLE: HABERFELLNER

ANZEIGE

## Burgenländer Kipferl

**Zutaten:**  
Teig: 1/16 l Milch, 1 TL Zucker, 40 g Germ, 250 g Butter, 400 g Backfein Weizenmehl glatt, 3 Eigelb; Fülle: 3 Eiklar, 250 g Zucker, 200 g Nüsse; zum Bestreuen: etwas Staubzucker



**Zubereitung:**  
Aus Milch, Zucker und Germ ein Dampferl zubereiten und zugedeckt circa 10 Minuten aufgehen lassen. Zimmerwarme Butter, Mehl und Eigelbe dazugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Für die Fülle Eiklar mit Zucker zu einem festen Schnee schlagen, danach die Nüsse untermengen. Den Teig in 5 Teile teilen und jeden Teil rechteckig circa 4 mm dick ausrollen. Mit der Fülle bestreichen und vorsichtig von einer Seite her einrollen. Mit einem runden Ausstecher (z.B. ein Glas) von jeder Rolle Kipferl abstechen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im vorgeheizten Rohr bei 170 °C (Ober-/Unterhitze) circa 20 Minuten backen. Auskühlen lassen und mit Staubzucker bestreuen.

QUELLE: HABERFELLNER

ANZEIGE

## GUT, BESSER, REGIONAL. GENUSS(LAND) SCHENKEN

Die Genussland-Weihnachtsbox enthält eine edle Auswahl an Leckereien von oberösterreichischen Produzenten.



Gusto bekommen: Hier gibt's mehr Infos: [www.genussland.at](http://www.genussland.at)

Die Mühle

# Zeit für KEKSE

WISSENSWERTES ÜBER UNSERE MÜHLE  
FINDEN SIE AUF [WWW.MUEHLE.AT](http://WWW.MUEHLE.AT)

FOLGEN SIE UNS!

# Post für das Christkindl

Steyr, die drittgrößte Stadt Oberösterreichs, beherbergt den Wallfahrtsort Christkindl. Im Advent herrscht dort Hochbetrieb – alles dreht sich um Weihnachten.

GABI CACHA



Postamt Christkindl  
Christkindlweg 6  
4411 Christkindl

**C**hristkind oder Weihnachtsmann? Diese Diskussion gibt es rund um Steyr nicht. Dort ist das Christkind quasi daheim – zumindest hat es dort eine eigene Anschrift: Das Postamt Christkindl im gleichnamigen Stadtteil, das mittlerweile bei Kindern aus der ganzen Welt als Adresse für Weihnachtswünsche bekannt ist.

Der Wallfahrtsort Christkindl mit seiner barocken Kirche ist seit jeher das Zentrum des Weihnachtsgeschehens und mit dem Postamt Christkindl weltweit berühmt geworden. Der himmlische Name veranlasste die Österreichische Post im Jahr 1950, dort ein sogenanntes „Weihnachtspostamt“ einzurichten. Mittlerweile sind es alljährlich mehr als

eineinhalb Millionen Briefsendungen, die dort mit Weihnachtsmarke und Christkindl-Poststempel versehen werden.

## Kein SMS, kein WhatsApp

Wer das Christkind erreichen will, der muss auch im digitalen Zeitalter zum Althergebrachten greifen: Stift und Briefpapier oder Postkarte sind gefragt, wenn es über das Postamt Christkindl gehen soll. Briefen von Kindern sollte am besten ein frankiertes und adressiertes Rückkuvert beigelegt sein. Auf eine Antwort vom Christkind darf auf jeden Fall gehofft werden. „Acht- bis zehntausend Briefe oder Karten, die Kinder an das Christkind schreiben, bekommen wir jedes Jahr“, sagt Martina Prinz, Leiterin des



FOTOS: URSULA GSAUPP/POST/ÖSTERREICHISCHE POST AG

wieder aufhört, dass sie wieder in die Schule gehen können oder dass sie ihre Großeltern wieder treffen können“, erzählt Prinz. Nicht nur heimische Kinder kennen die Adresse des Christkinds: Post kommt ebenso aus Europa und Übersee. „Heuer war schon ein Brief aus Taiwan dabei“, so Prinz.

## Geheilt im „Wald unterm Himmel“

Die Geschichte der Wallfahrtskirche mit dem offiziellen Namen „Zum göttlichen Christuskind“, örtlich auch „Zum Christkindl unterm Himmel“ genannt, reicht bis an das Ende des 17. Jahrhunderts zurück. Der Überlieferung nach war es im Jahr 1695, als der Steyrer Stadtkapellmeister und Betreuer der Feuerwache, Ferdinand Sertl, regelmäßig aus der Stadt heraus kam, weil er dort eine kleine Wachsfigur des Christkinds in die Höhlung einer Fichte gestellt hatte und davor stets um Heilung seiner Epilepsie betete. Als er von seiner Krankheit erlöst wurde, kamen so viele Wallfahrer, dass auf der dortigen Anhöhe – einst „Wald unterm Himmel“ genannt, schließlich der Bau einer Kirche in Auftrag gegeben wurde. Der Kirchenbau wurde im Jahr 1702 begonnen und der Name „Christkindl unterm Himmel“ war geboren. Heute noch befindet sich dort in einem Schrein am Hochaltar das zehn Zentimeter große Wachs-Christuskind.

## Christkind zum Angreifen

Das personalisierte Steyrer Christkindl wurde hingegen erst im Jahr 2007 ins Leben gerufen. Fünf junge Damen schlüpfen in der Weihnachtszeit abwechselnd in das Kostüm und werden so zu den Repräsentantinnen der Christkindlstadt. So liest das Christkind etwa jeden Adventssonntag um 15 Uhr am Christkindlmarkt Promenade den jüngsten Gästen Märchen vor.

Neben Weihnachtspostamt und Wallfahrtskirche lockt das „1. Österreichische Weihnachtsmuseum“ in die drittgrößte Stadt Oberösterreichs. Dort findet sich eine Sammlung an historischem Christbaumschmuck aus den Jahren 1830 bis



Das „Steyrer Christkindl“ weist den Weg zum Weihnachtspostamt.

1945, insgesamt 14.000 Stück, gefertigt aus Glas, Porzellan, Metall, Pappe oder Papier. Dazu 200 Puppen und Puppenhäuser. Eine Erlebnisbahn führt im Haus in Schienengondeln über drei Etagen bis hinauf in die „Engelwerkstatt“ im Dachgeschoß. Im alten Pfarrhof gibt es Krippenraritäten zu besichtigen, etwa die „Mechanische Krippe“ mit 300 Figuren, die sich bewegen, oder die „Pöttmesser Krippe“, eine der größten orientalischen Landschaftskrippen der Welt.

Mit dem „Steyrer Kripperl“ verfügt die Christkindlstadt auch über eines der letzten noch bespielten Stabpuppen-Theater im deutschen Sprachraum.

Der Adventmarkt in der Altstadt, der Christkindlmarkt entlang der Promenadenallee und der Schloss-Lamberg-Advent runden das vorweihnachtliche Angebot ab, das durch einen Pendelverkehr mit einem Oldtimerbus in den Stadtteil Christkindl und mit der Steyrtal Museumsbahn zum Adventkalenderdorf Steinbach an der Steyr abgerundet wird.

## ÖFFNUNGSZEITEN

Das Postamt Christkindl öffnet seine Pforten in der Zeit von 25. November bis 23. Dezember 2022 täglich: Montag bis Donnerstag jeweils von 10 bis 16 Uhr, an Samstagen, Sonn- und Feiertagen jeweils von 10 bis 17 Uhr  
Am 24. und 31. Dezember wird von 9 bis 12 Uhr geöffnet, am 25. und 26. Dezember sowie am 1. Jänner ist geschlossen. Zwischen 27. Dezember und 6. Jänner wird noch von 10 bis 14 Uhr geöffnet.

# Einkaufen direkt beim Bauern

Einkaufen beim Bauern in der Region gewinnt für viele Konsumenten immer mehr an Bedeutung. Selbst der Handel setzt verstärkt auf Regionalität und wirbt mit bäuerlichen Produkten in seinen Geschäften. Doch wirkliche Regionalität spielt sich direkt beim Bauern vor Ort ab. Der Kauf heimischer Lebensmittel steht für Frische, kurze Transportwege und saisonales Angebot der Produkte und sichert zusätzlich den Arbeitsplatz am Bauernhof.

In der heutigen Zeit, wo Rückverfolgbarkeit und Herkunft der Produkte immer wichtiger werden, sollte der Einkauf in der Nähe beim Bauern eine große Rolle spielen und schon unseren Jüng-

sten nahegebracht werden. Dieses Einkaufsverhalten hilft nicht nur dem einzelnen Bauern selbst, sondern erhält eine lebendige, vielfältige und gesunde Region. Außerdem erfährt man beim Einkauf beim Direktvermarkter Wissenswertes über Produktion und Produkte, hat das besondere Einkaufserlebnis und schafft eine persönliche Beziehung zu „seinem Bauern“.

## Direkt einfach zu finden

Die Vielfalt an unterschiedlichen Vermarktungswegen neben dem Ab-Hof-Verkauf sowie verstärkt auch die Selbstbedienungsmöglichkeiten bieten den einfa-

chen und raschen Zugang zu den bäuerlichen Produkten. Auch das „Schmankerl-Navi“ unterstützt die Suche nach bäuerlichen Produkten unterwegs. Gerade auch in der Weihnachtszeit bieten die Direktvermarkter eine große Auswahl an bäuerlichen Spezialitäten und individuellen Geschenkideen an. Neben der Weihnachts- und Brauchtumsbäckerei kann man auch die Zutaten für den Festtagsbraten, köstliche Beilagen, spritzige Getränke, den heimischen Weihnachtsbaum und vieles mehr erwerben. Warum daher Lebensmittel um die halbe Welt transportieren, wenn gute Produkte so einfach und regional zu erwerben sind? Doch wie findet man neben dem, was man schon kennt, den Bauern in der Region? Wenn nicht durch Mundpropaganda, dann unter [www.gutesvombauernhof.at](http://www.gutesvombauernhof.at) oder [www.genussregionen.at](http://www.genussregionen.at)

Um „Gutes vom Bauernhof“ zum staatlich anerkannten Zeichen für garantiert bäuerliche Direktvermarktung weiterzuentwickeln, wurde in Kooperation mit der AMA-Marketing und der Netzwerkstelle Kulinarik eine staatliche Richtlinie ausgearbeitet, die von der EU für gesicherte Qualität und Herkunft (QHS) für bäuerliche Betriebe steht. „Gutes vom Bauernhof“ wurde nun in die



staatlich anerkannte Richtlinie für Qualitäts- und Herkunftssicherung für bäuerliche Direktvermarktung der AMA-Marketing integriert. So entstand die „AMA GENUSS REGION“. Ausgezeichnete Betriebe mit „Gutes vom Bauernhof“- und „AMA GENUSS REGION“-Betrieben heben sich besonders hervor und sind für die Kunden durch ihren Auftritt auch unterwegs oberösterreichweit gut zu erkennen. In Oberösterreich sind bereits 340 Betriebe mit „Gutes vom Bauernhof“ ausgezeichnet, alle diese Betriebe führen zusätzlich die Auszeichnung „AMA GENUSS REGION“.

## Rund um Lebensmittel bestens informiert

Welche Besonderheit steckt im Produkt? Wird Laktose nur für die Unverträglichkeit gebraucht oder hat sie noch einen anderen Sinn? Darf man angekeimte Erdäpfel

noch essen? Wie viel Boden wird für ein Kilogramm Brot benötigt? Die Antworten auf diese Fragen findet man auf der Webseite [www.esserwissen.at](http://www.esserwissen.at)

Die Esserwisser bereiten mit ihrer digitalen Plattform komplexes Wissen rund um die Themen der Landwirtschaft, der Ernährung und der Umwelt einfach und verständlich auf. Die Esserwisser informieren über alle Lebensmittelgruppen, geben Tipps für nachhaltigen Einkauf und Lebensmittellagerung. Weiters zeigen sie, wie kreatives Kochen ohne fixes Rezept funktioniert. Unter dem Motto „Einer kann nicht alles wissen!“ wird das Wissen von Bäuerinnen und Bauern, Seminarbäuerinnen und Ernährungswissenschaftlerinnen gebündelt.



Postamts Christkindl. Natürlich gehe es bei den jungen Briefschreibern vielfach um materielle Wünsche. Da wird gezeichnet, geschrieben oder aus Prospekten oder Katalogen ausgeschnitten und aufgeklebt. „In den vergangenen zwei Jahren hat sich das geändert. Da ist es sehr viel um Corona gegangen. In den Briefen ist klar ersichtlich gewesen, wieviele Gedanken sie sich dazu gemacht haben. Die Kinder haben sich gewünscht, dass Corona

# Perfekt gekleidet mit der Trachten Wichtlstube

Wer in Dirndl, Lederhose oder festlichem Anzug glänzen möchte, ist in der Trachten Wichtlstube in Edt bei Lambach genau richtig. Im größten Trachtenfachgeschäft von Oberösterreich ist nicht nur die Auswahl grenzenlos, sondern auch der Service. Ein kompetentes Team, geschmackvolle Accessoires und liebevolle Details machen Familie Holzberger und ihre Mitarbeiter zur Top-Adresse für Kunden.

Es werden führende Firmen wie Sportalm, Mothwurf, Meindl, Lodenfrey, Arido, Auzinger, Gloriette, Hammerschmid, Steinbock, – um nur einige zu nennen – sowie Eigenkreationen angeboten. Auf mehr als 1000 Quadratmetern findet man alles vom Dirndl und der Lederhose bis hin zum Outfit für einen Theaterbesuch.

Ob kurze Hose, Knickerbocker oder lange Hose – ein breites Sortiment an Lederhosen in allen Größen, Längen und Farben wird

geboten. Auch Trachtenhemden, T-Shirts und Stutzen gibt es in allen Farben, dazu Trachtensakkos und Schuhe.

## Alles für den „großen Tag“

Besonderer Wert wird auf die große Brautabteilung gelegt. Ob Weiß, Creme oder andere Farben: Hochzeitsdirndl strahlen besonderen Charme aus. Für den Bräutigam wird eine breite Palette, vom Hochzeitsanzug bis zur Hirschlederhose, angeboten.

ANZEIGE

## KONTAKT

Linzer Straße 20,  
Edt bei Lambach  
Montag bis Freitag 9 bis 18 Uhr  
Samstag 9 bis 17 Uhr  
Tel. 0 72 45/288 33  
trachten@wichtlstube.at  
www.wichtlstube.at



Das ganze Jahr über das passende Outfit: Für Feste und Alltag immer gut und trachtig gekleidet

# Wandelbare Modetrends im Winter

Die Adventzeit steht vor der Tür und es ist Zeit, an Geschenke für die Liebsten zu denken und auch sich selbst ein neues Outfit zu gönnen. Stehen doch so manche Weihnachtsfeiern und Partys auf dem Kalender. Das Tolle an den aktuellen Trends ist, dass sie wunderbar wandelbar sind, mal elegant und dann wieder lässig, je nach Kombination. Mit einem Kleid



Eine stylische Kombination: lässig, elegant mit grafischen Mustern

ist man immer gut gekleidet. Die neuen Modelle sind meist etwas lockerer und lässig geschnitten, können aber ganz einfach mit einem Gürtel auf Figur gebracht werden. Bei den Hosen ist Vielfalt gefragt. Ob schmal oder weit geschnitten, in Schwarz ist man immer gut beraten. Bei den Oberteilen sind grafische Muster, Retroprints und Schriftzüge angesagt und es darf auch etwas Farbe sein. Weinrot, Braun, Grün und ein kräftiger Pinkton sorgen für Abwechslung.

Bei den Männern spielen Hemden eine große Rolle, kleine Musterungen und große Karos geben den Ton an. Dazu werden leichte Strickpullis in uni oder Meleoptik kombiniert und auch hier darf es ruhig farbig zugehen. Wenn's schicker sein soll, ist man als Mann mit einem gut sitzenden, aber lässigen Sakko in Grau- oder Blautönen immer gut beraten.

## Geschenkideen

In der Weihnachtszeit werden in den Filialen der Fussl Modestraße zahlreiche Geschenkideen präsentiert. Ob lässiges Hemd, schickes Kleid, sinnliche Dessous oder tolle Mode für Kinder: Mode macht immer Freude, vor allem wenn man diese selbst aussuchen darf. Die Fussl-Geschenkkarte trifft sicher jeden Geschmack und ist die beste Art Freude zu schenken. In der edlen und natürlich kostenlosen Verpackung das perfekte Geschenk unter dem Weihnachtsbaum.

ANZEIGE



Mit der Fussl-Geschenkkarte kann man sich sein modisches Lieblingsstück dann selbst aussuchen.

## Jean Carriere

Pulli 49,99

Hemd 35,99

Chino 69,99



*Gönn' dir was Schönes!*  
**FUSSL**  
Modestraße

FUSSL.AT

Mehr Trends entdecken:

