

Wild und lecker

Spitzwegerich, Pimpernelle und Wiesenschaumkraut: Was für Wanderer im **Fichtelgebirge** unscheinbare Gräser sind, wird in den Händen der Wildkräuterköche zur Delikatesse. Bei Kochkursen und Wanderungen lernen Gäste, wie gut Wildpflanzen schmecken.

Wenn sich die Mitglieder des Vereins „Essbares Fichtelgebirge“ zur „Wilden Küchenparty“ treffen, liegt ein Duft nach Wald und Wiesen in der Luft der Großküche: Der Verein bringt Wildkräuter auf die Speisekarten.

Gäste erleben mithilfe der Gastronomen eine Reise in die Welt der Aromen. Der Verein schlägt jeden Monat ein „Wildkraut

des Monats“ vor. Daraus kreiert jeder Betrieb seine eigenen Gerichte und setzt sie auf die Karte. Wer Interesse an Kräutern hat und etwas Zeit mitbringt, kann sich durch sämtliche Variationen probieren, die die Kräuterexperten aus dem „Wildkraut des Monats“ gezaubert haben. Kräuterfans, die selbst sehen wollen, wo die wilden Köstlichkeiten wachsen, nehmen an einer Wildkräuterwanderung teil, die der Zusam-

schluss ebenfalls organisiert. Als Proviant bietet sich ein würziges Brot an – natürlich mit Wildkräutern: In Ebnath bringt ein Wildkräuterbäcker sie in seinem Gebäck unter.

Gesund und umsonst Bernhard Raab ist eines der Vereinsmitglieder. In seinem Restaurant „Zum Loisl“ im urig-verschlafenen Mehlmeisel kredenzt er Gästen selbstgejagtes Wild mit Kräutern, die auf Lichtungen und naturbelassenen Wiesen wachsen. Wer sich auskennt wie er und seine Kollegen, für den wird der Wald zur Speisekammer: „Die Fichtenspitzen hole ich aus dem Wald, die Buchenknospen und Schwammerl. Am Ende findet sich all das auf der Speisekarte wieder.“ Bernhard Raabs Lieblingskraut ist der Quendel – ein wilder Thymian. Er verwendet ihn für Fisch, Fleisch und sogar als i-Tüpfelchen auf einer köstlichen Crème brûlée. Mit unerschöpflicher Kreativität zaubert der 38-Jährige immer neue Kombinationen aus den natürlichen Schätzen des Fichtelgebirges.

Dabei hilft ihm eine solide Ausbildung: Mit Unterstützung des Vereins „Essbares Fichtelgebirge e.V.“ hat er sich zum zertifizierten Wildkräuterkoch weitergebildet. „Dank des Seminars kenne ich die Inhaltsstoffe der Kräuter und weiß, wie ich sie richtig verwende.“ Und

das ist ein weites Feld, denn im Fichtelgebirge wachsen mehr als 1000 essbare Kräuter. „Ich möchte unseren Gästen zeigen, wie vielfältig einsetzbar und gesund Wildkräuter sind. Das wussten die Leute früher schon und ich finde es wichtig, dass es nicht weiter in Vergessenheit gerät“, sagt er.

In Brot, Braten und Schnaps

Auch Laien, die sich für wilde Kräuter interessieren, können an Wildkräuterwanderungen und Kochevents des Vereins teilnehmen. Dabei lernen sie, welche Pflanzen essbar sind, wo sie wachsen, welche Stoffe sie beinhalten und wie sie am besten verarbeitet werden. Hierfür zapfen die Kräuterexperten tradiertes Wissen der Großeltern ebenso an wie Erkenntnisse aus neuester Forschung.

Köche, Bäcker und auch eine Destillerie haben sich dem Verein angeschlossen. Bei der „Wilden Küchenparty“, treffen sie sich, kochen, experimentieren und tauschen sich aus. Das und ihre größte Inspirationsquelle - der Wald - sorgen dafür, dass ihnen die Ideen noch lange nicht ausgehen. ■



© Florian Trykowski / www.bayern.by

KONTAKT

Essbares Fichtelgebirge e. V.
Hofer Straße 20
95326 Kulmbach
www.essbares-fichtelgebirge.de