



Bei einer Kräuterwanderung vermittelt Köchin Christine Keck viel Wissenswertes zu Wildkräutern.

Foto: Oliver Farys

Herbst ist die Zeit für den Genuss

Die österreichische Region Vorarlberg lädt Besucher zum Schlemmen ein. Und zu einem Blick hinter die Hofkulissen.

Der Herbst ist für viele Wanderer die schönste Jahreszeit. Auch für Genießer der alpenländischen Küche. Die Ernte wird eingefahren und in vielen österreichischen Regionen, wie in Vorarlberg, wird gefeiert und geschlemmt. Dort dreht sich vom 14. September bis 6. Oktober in den drei Vorarlberger Regionen Kleinwalsertal, Bregenzerwald und Biosphärenpark Großes Walsertal alles um gutes Essen und Naturgenuss. Geführte Kulinarikwanderungen, eine Genussreise zu mehreren Stationen, Käseprämierung, „Bauer trifft Gast“ und viele weitere Veranstaltungen sorgen für ein abwechslungsreiches Programm und Genuss in allen Varianten.

Wild, Rind und Bergkäse

Die Genussregion Vorarlberg ist bekannt für ihre regionalen Leitprodukte: Kleinwalsertaler Wild und Rind, Bregenzerwälder Alp- und Bergkäse sowie „Walserstolz“. Ein Käse mit einer besonders langen Tradition. Jede Region präsentiert in den beiden Herbstwochen ihre Spezialitäten bei diversen Veranstaltungen.

Im Biosphärenpark Großes Walsertal bildet die Walser Kulinarikrunde am 12. September das Herzstück. Fünf Betriebe aus dem Tal bereiten ein gemeinsames Menü, das die Gäste an fünf verschiedenen Genussstationen erwartet. Über die Grenzen hinaus bekannt ist das Große Walsertal für seinen

Bergkäse „Walserstolz“. Er steht für feinste Käsekultur aus Rohmilch und wird in Handarbeit gefertigt. Acht Monate muss er reifen, bis er das Qualitätssiegel „Walserstolz“ erhält. Beim Walser Alpenkäse-Markt am 5. Oktober präsentiert die Senner ihren Alpkäse und laden zum Verkosten ein.

Das Kleinwalsertal setzt seinen Schwerpunkt auf das Kennenlernen von Bauer und Gast bei „varruckt guat“. Besucher können am 22. September ei-

nen Permakultur-Garten, eine Eismanufaktur und ein regionales Wirtshaus besuchen, in dem die besichtigten Produkte in ein Menü eingebunden werden.

Feinste Kulinarik auf den Bergen

Die Natur vor der Haustür ist das Thema von Kräuterfrau und Köchin Christine Keck. Sie nimmt Gäste mit auf Kräuterwanderungen und zeigt ihnen, welche Kraft in Wildkräu-

tern steckt. Dass Kulinarik auch auf der Alpe vom Feinsten sein kann, beweist der Wanderführer und ehemalige Haubenkoch Herbert Edlinger auf der Unteren Wieselpe.

Im Bregenzerwald ist die Käseprämierung am 14. September in Schwarzenberg ein Muss. Käse aus mehr als 90 Vorarlberger Sennereien werden von einer internationalen Jury bewertet. Daneben wird der Käse mit allerlei feinen Produkten kredenzt.



Alles Käse! Der „Walserstolz“ ist genau das, was sein Name sagt: der ganze Stolz des Großen Walsertals. Der Bergkäse hat eine lange Tradition und wird von Hand gefertigt.

Foto: Frank Drechsel

Spezielle Menüs aus den Regionen

Als regionsübergreifender Programmpunkt servieren teilnehmende Betriebe spezielle Menüs aus einem Warenkorb der Genussregionen Österreich. Die Veranstaltungsreihe findet dieses Jahr zum ersten Mal statt und soll zu einem festen Termin im Kalender von Genießern und Gourmetfreunden werden. Die Teilnehmer bekommen so einen Blick hinter die Kulissen der Lebensmittelherstellung und erleben den Kreislauf der Natur in der Kulinarik.

Informationen: Das detaillierte Programm und weitere Informationen gibt es online unter www.herbstgenusszeit.at, www.walsertal.at, www.kleinwalsertal.com und www.kaesestrasse.at

Veranstalter: Große Preisunterschiede

Wer im Internet eine Reise bucht, sollte unbedingt die Angebote verschiedener Reiseveranstalter vergleichen.

Gleiches Reiseziel und fast identische Leistungen – aber 906 Euro Preisunterschied für eine sieben-tägige Reise nach Ägypten für zwei Personen. Das ist nur ein Beispiel für die hohen Preisdifferenzen zwischen sechs großen Reiseveranstaltern, die das Reisemagazin „Clever reisen!“ ermittelt hat.

Um herauszufinden, wie teuer die Reiseveranstalter ihre Urlaubspakete schnüren, definierte das Magazin vier Reisewünsche und verglich anhand dieser Reisen die günstigsten passenden Angebote der Anbieter für Pauschalreisen nach Mallorca, Ägypten, Gran Canaria und Thailand. Neckermann Reisen war der Preissieger in diesem Test, gefolgt von Schauinsland Reisen, Tui und Alltours. Deutlich teurer dagegen waren FTI Touristik und ITS Reisen mit Preisunterschieden je nach Reiseziel von 340 Euro bis zu mehr als 900 Euro beim Doppelzimmer.

Neben dem Preisniveau wur-

den auch die Kundenzufriedenheit, die Erreichbarkeit der Hotline und die wichtigen Informationen auf der Webseite wie Angaben zu Freigepäckbestimmungen, Hotelbewertungen und Fotodarstellung der Hotelzimmer berücksichtigt. In Addition aller Testkategorien wurden Neckermann Reisen und Tui die gemeinsamen Testsieger. Ebenfalls gute Noten erhielten Alltours, Schauinsland Reisen und FTI, ITS Reisen schnitt nur befriedigend ab.

Fazit der Clever-reisen-Tester: Wichtige Serviceinformationen zu Airlines wie Gepäckbestimmungen oder aussagekräftige Bilder zu Hotelzimmern fehlen oft oder werden nicht klar präsentiert. Bei den Vergleichen auf den Webseiten der Reiseveranstalter sollte man immer die Filterfunktionen wie Preissortierung, Transfers, Auswahl der Fluggesellschaft und Sparkalender nutzen.

Quelle ist das Reisemagazin „Clever Reisen!“ Red

Bad Wörishofen bietet Auszeiten

Die fünfte Säule der Lehre von Pfarrer Sebastian Kneipp sind Ausgleich und Ruhe.

Die sanfte Hügellandschaft rund um Bad Wörishofen scheint in Balance zu sein: nicht Alpin und nicht Flachland, sondern ein gutes Maß von beidem. Ob der frühere Pfarrer des Ortes, Sebastian Kneipp, dieses Bild vor Augen hatte, als er die fünfte Säule seiner Lehre aufstellte? Neben der Heilkraft des Wassers und der Pflanzen, der gesunden Ernährung und Bewegung ist die „Innere Ordnung“ wichtiger Bestandteil der ganzheitlichen Gesundheitslehre des weltbekannten Wasserdoktors.

Im stressigen Alltag Zeit für sich selbst finden

Heute sind die Begriffe Work-Life-Balance, Achtsamkeit oder Entschleunigung geläufiger. Sie bezeichnen die Kunst, in einem als stressig oder belastend empfundenen Alltag Zeit für sich zu finden, einfach mal inne zu halten. Wer kennt sie nicht, die Frage „Ist alles in Ordnung bei dir?“. Da haben wir sie, die Ordnung, die innere Aufgeräumtheit.

Doch wie schaffen wir Ord-

nung in uns? Bad Wörishofen, die Kneipp'sche Pionierstadt der Naturheilkunde, hält für ihre Gäste zahlreiche Tipps und Angebote bereit, die helfen, einen harmonischen Lebensrhythmus zu finden. Beinahe täglich und häufig kostenlos gibt es Therapie- und Kursangebote in Kurhaus, Kurpark oder gleich draußen in Wald und Feld, die Entspannung und Wohlbefinden vermitteln: Achtsamkeitstrainings, Therapiewanderungen aber auch fernöstliche Entspannungspraktiken helfen, Kneipps „Innere Ordnung“ in den Alltag zu integrieren.

Das Kneipp-Kurhaus St. Josef hat ganzjährig das Angebot „Kleine Auszeit“ im Programm. Sie beinhaltet ein Rundum-Paket aus erfrischenden oder beruhigenden Kneipp'schen Wechselgüssen, Shiatsu-Energie-Druckpunktmassage, La-Stone-Teilbehandlung, Handmassage und Entspannungstraining, damit auch wirklich wieder „alles in Ordnung ist“.

www.bad-woerishofen.de

ANZEIGE

Nümbrechter Kartoffeltage



Köstliche Kartoffeln in Nümbrecht.

Foto: Tourist Information Nümbrecht

Kartoffeltage und Erpelsfest

Im September dreht sich in Nümbrecht alles um die leckere Knolle.

Der Kur- und Verkehrsverein, die Nümbrechter Aktionsgemeinschaft und die Tourist Information laden im September zu einer kulinarischen Reise durch die Welt der Kartoffel ein. Die teilnehmenden Restaurants haben ihre Speisekarten ganz auf Kartoffeln abgestimmt: Reibekuchen, Kartoffelgnocchi, Quellmänner, Ofenkartoffeln und noch einiges Köstliches mehr laden in die Restaurants ein.

Besucher können Nümbrecht auf schmackhafte und unterhaltsame Art und Weise kennenlernen. Jeden Samstag im September, jeweils um 11 Uhr, startet ein Gästeführer vom Säulenbrunnen aus zu einer

kulinarischen Entdeckungsreise durch Nümbrecht. Um Anmeldung bei der Tourist Information unter Telefon 02293/302 302 wird jeweils bis zum vorhergehenden Donnerstag gebeten. Der Preis beträgt 19 Euro pro Person.

Das Erpelsfest findet am 22. September statt

Höhepunkt der Kartoffeltage ist am 22. September von 11 bis 18 Uhr das Erpelsfest auf der Hauptstraße. Im ganzen Dorf präsentieren Geschäftsleute, Künstler und Akteure den Besuchern Kreatives, Spannendes und – nicht zu vergessen – Leckeres. Außerdem laden die Nümbrechter Geschäfte am

verkaufsoffenen Sonntag zum Bummeln ein.

Speziell zu den Kartoffeltagen wird eine Wochenendpauschale angeboten. Diese beinhaltet zwei Übernachtungen in einem der teilnehmenden Hotels, ein Abendessen von der aktuellen Kartoffelkarte sowie eine kulinarische Führung durch Nümbrecht. Die Pauschale ist über die Tourist Information buchbar. Ein abwechslungsreiches Programm für die ganze Familie rundet das Angebot ab.

Informationen: Tourist Information Nümbrecht, Hauptstraße 16, 51588 Nümbrecht, Telefon 02293/302 302. www.nuembrecht.de

NÜMBRECHTER KARTOFFELTAGE MIT ERPELSFEST
01. - 30. September 2019

Auf den Spuren der Kartoffel – von Sehenswert bis Kulinarisch im September 2019.

Weitere Informationen: Tourist-Info Nümbrecht
Hauptstr. 16 • 51588 Nümbrecht • Tel. (0 22 93) 302 302
touristinfo@nuembrecht.de • www.nuembrecht.de