

# Die Kraft im Kraut

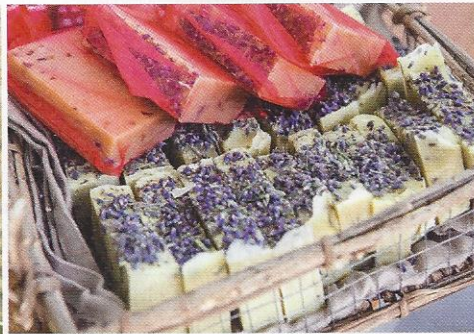
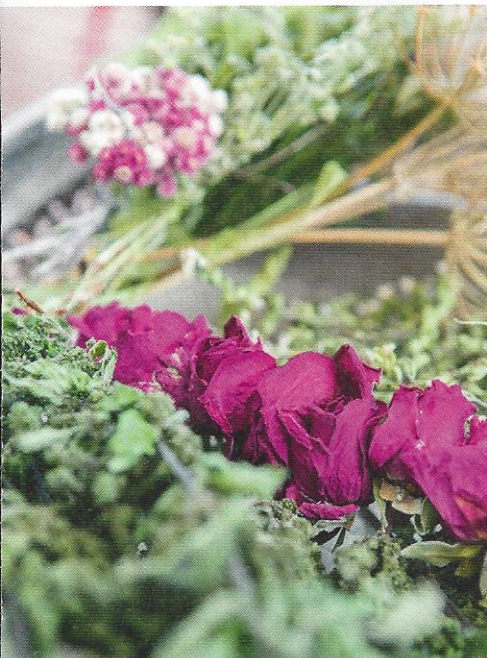
KRÄUTER. Die Schätze der Natur sind reichhaltig – nur zu nutzen muss man sie wissen. Thorsten Probst, Executive Chef im Burg Vital Resort, und Kräuterpädagogin Veronika Walch entführen uns in die Welt des heilenden Genusses.

Text: Sonja Niederbrunner

KRÄUTERKUNDIGE. Küchenchef Markus Pichler (re.) und Thorsten Probst (li.), Executive Chef im Burg Vital Resort und Veronika Walch (re. außen).







**D**ie Wege mögen unterschiedliche sein, vielleicht auch die Art des Zugangs, aber letztendlich ist das Ziel dasselbe: Die Gaben der Natur entdecken, sie nutzbar machen – auf vielfältigste Art und Weise. Wobei sich diese oft ergänzen und gegenseitig bedingen, davon ist Thorsten Probst, Executive Chef im Burg Vital Resort, überzeugt. Genuss und Gesundheit seien untrennbar miteinander verbunden und im Burg Vital Resort lebt man mit und von der Natur. 18 verschiedene Kräuter gelangen aus den Oberlecher Alpen auf die Teller der Restaurantgäste, die Senior-Chefin Helga Lucian, die sich ganz der Kräuterleidenschaft verschrieben hat, kümmert sich um den umfangreichen Kräutergarten des Hotels. „So kommen wir auf 120 verschiedene Kräuter, darunter allein 25 Chilisorten, die wir verwenden können“, erzählt Probst. Wild wachsende Kräuter wie etwa Alpenmutterwurz, Schafgarbe, Minze, Gänsefingerkraut oder Weideröschen versprechen nicht weniger Genuss als das kultivierte Kraut – und vor allem: nicht weniger an wertvollen Inhaltsstoffen.

Probosts Lust an der Verwendung von Kräutern war bereits in seiner Lehrzeit ausgeprägt, er beschränkte sich damals aber auf die gängigsten. Durch den Kontakt mit Kräuterkundigen und mit Beginn seiner Zeit im Burg Vital Resort wurde aus der Lust Leidenschaft. „Ich brachte immer mehr neue Kräuter in den Garten meiner Chefin und irgendwann sagte sie, dass ich für jedes neue Kraut ein wildes aus der Natur kennenlernen müsse. Sie war davon überzeugt, dass ich viele noch nie gesehen hätte. Sie hatte Recht.“ Und so entdeckte Thorsten Probst die Geheimnisse der ihn umgebenden Natur, lernte, wie man Schafgarbe kulinarisch nutzen kann, wie der Kriechende Günsel schmeckt, wo man den Wilden Kümmel findet. Dieses Wissen wuchs langsam, aber beständig. Streunen durch die Natur, Gespräche mit Kräuterfrauen aus Lech sowie Wissbegierde und Neugier waren und sind der Antrieb, der den Executive Chef regelmäßig in die Natur führt. „Es ist schön zu sehen, wie viel Wissen hier noch vorhanden ist. Und dieses Wissen basiert auf einem einfachen Grundsatz: Vorbeugen ist besser, als heilen zu müssen.“ Und dafür hat uns die Natur alles bereitgestellt. „Es ist wohl dem Luxusdenken geschuldet, dass man auf die eigenen Wurzeln vergessen hat. Es muss der importierte Kaviar sein oder der teure

Hummer. Als hätten wir selbst nichts Besonderes. Dabei liegt das Gute so nah“, sagt Probst. Und um dieses Gute zu bekommen, muss man eben fragen, „denn die Kräuterfrauen geben ihre besten Plätze nicht freiwillig preis“, erzählt er mit einem Augenzwinkern. Eine dieser Kräuterfrauen, die in die lange Reihe und Tradition der Bewahrerinnen – jener Frauen, die das Wissen seit Generationen weitergeben – eingetreten ist, ist Veronika Walch.

#### Das Alte mit dem Neuen

Die diplomierte Kräuterpädagogin führt gemeinsam mit Probst und anderen Kräuterfrauen Wanderungen durch die Lecher Alpen. Auf diesen Wegen werden Kräuter entdeckt und erklärt, aber nie zu viele auf einmal, damit die Teilnehmer nicht überfordert sind. Denn das Wissen ist umfangreich und das Schöne ist das Lernen voneinander und miteinander. Veronika Walch kennt beide Wege – den wissenschaftlichen „neuen“ Zugang sowie den volkskundlichen, alten. „Ich weiß, dass die Blutwurz Bitterstoffe enthält. Im alten Wissen werden keine Inhaltsstoffe benannt. Die Menschen rochen daran, schmeckten es und wussten: Wenn es bitter schmeckt, dann kann ich es für bestimmte Zwecke einsetzen.“ Ist dieser Weg ein direkterer zur Pflanze? „Es ist ein anderer. Und vor allem einer, der viel mehr transportiert. Ging früher jemand in die Fremde, nahm er ein Stück Meisterwurz-Wurzel mit auf den Weg, gegen das Heimweh. Das lernt man nicht in Kursen, sondern nur aus Überlieferungen. Gerade das sind aber die schönen Dinge.“ Und davon gibt es viele – für den, der sie hören will. Jedes Kraut hat seine Geschichte, seinen magischen Hintergrund, der es in Verbindung mit seinen heilenden Kräften einzigartig macht. Die Wege, diese Kräfte zu nutzen, sind vielfältig. Die Küche ist einer davon und sicher einer der wichtigsten.

„Die Kräuterküche ist eine geschmackstransformierende Küche“, erklärt Probst. Ein Schnittlauchbrot mit Butter schmeckt im Sommer wunderbar. „Im Winter wirkt es nicht, die Temperatur passt nicht dazu. Ich verstehe auch nicht, warum man im Winter einen Tomatensalat mit vier verschiedenen Basilikumsorten braucht“, kommt der Koch darauf zurück, was seine Arbeit ausmacht: im Gleichklang mit der Natur zu sein und zu handeln. „Waldklee bei-