

## Veranstaltungs-Highlights

Besenwirtschaft bei Familie Zolg in Gaillingen ab 5. März geöffnet

Ein Erlass Karl des Grossen erlaubte es den Weinbauern im Jahre 800 einen Teil ihres Weines in ihrem Haus auszuschenken. Den Zeitpunkt zeigten Sie durch das Heraushängen eines Besens an, wie es auch heute noch Brauch ist.

Öffnungszeiten sind jeweils Mittwochs bis Samstags ab 18 Uhr sowie Sonn- und Feiertags ab 16 Uhr. Auf Anfrage bietet Armin Zolg entschleunigte und informative Rundfahrten durch seine Weinberge an.

Aus der Speisekarte empfiehlt Armin Zolg: Zünftige Vesper, knackige Schübling, leckere überbackene Brote - auch vegetarisch!

**Kontakt und nähere Infos:** Winkelhof Familie Zolg, 78262 Gaillingen am Hochrhein, Tel: 07734-6598, [www.zolg.de](http://www.zolg.de)



*Jeden Sonntag offene Führung auf der Straußenfarm*

An jedem Sonntag um 11 Uhr lädt Familie Frick zur offenen Führung ein. Sie dauert etwa 90 Minuten – so nah wie hier können Sie den Vogel Strauß wohl selten anderen Orts erleben. Die Plätze sind begrenzt und heiß begehrt - Anmeldung auf der Homepage ist erforderlich!

**Kosten:** 7€/ Erwachsener, 4 € pro Kind von 3-12 Jahren

**Kontakt und nähere Infos:** Familie Frick, Straußenfarm Hegau-Bodensee GbR, Airach 3, 78333 Stockach, Tel.: 07771/9187044, Mobil: 01577/6050387, [www.straussenfarm-hegau-bodensee.de](http://www.straussenfarm-hegau-bodensee.de)

*24. März 18-21:30 Uhr Kochkurs "So schmeckt die Region"*

Heike Barz gibt heute viele wertvolle Tipps bei der Zubereitung badischer und schwäbischer Speisen, für daheim und für die Ferienküche. Nach der gemeinsamen Zubereitung wird das Menü bei einem Glas Allensbacher Wein gemeinsam verspeist.

**Kosten:** 30€ pro Person

**Veranstaltungsort:** Küche der Grundschule Allensbach, Schulstr. 12, 78476 Allensbach

**Nähere Infos:** Tourismusbüro Allensbach, Tel: 07533-80135, [tourismus@allensbach.de](mailto:tourismus@allensbach.de)

**Bildnachweise:**

Smoothie S.3 Nicole Kaiser, Vesper S. 4 Familie Zolg, alle anderen Bilder: Katja Brudermann

Mehr Infos unter  
[www.bodenseebauer.de/news](http://www.bodenseebauer.de/news)

Bodensee  
Bauer

Kunden-News  
Im März '23



## Die Kunst, Bäume zu schneiden

Am letzten Wochenende habe ich an einem Baumschnittkurs teilgenommen. Die Grundlagen der Schnittkunst an dieser Stelle zu vermitteln, würde zu weit führen. Aber die Ehrfurcht dem Lebewesen Baum gegenüber, die ich von diesem Kurs mitgenommen habe, die möchte ich gern weitergeben. So oft macht man es sich ja nicht bewusst, dass man von einem Baum im Normalfall ziemlich genau die Hälfte sieht. Spiegelverkehrt zu Stamm und Krone wächst unterirdisch das Wurzelwerk. Kontinuierlich werden von den Wurzeln Wasser und Nährstoffe in die Krone befördert, und im gleichen Moment, in einem anderen Leitsystem werden Zucker und Proteine, die in den Blättern erzeugt werden, in die Wurzeln transportiert. Ohne dass ein Mensch mit erfahrener und professioneller Hand eingreift, wächst ein Baum zu einer in sich stimmigen und harmonischen Form heran, Wurzel- und Kronenwachstum sind optimal aufeinander abgestimmt, Zweige und Äste suchen sich ihren guten Weg ans Licht, und was von außen unsymmetrisch aussehen kann, erweist sich meist als sinnvolle Reaktion auf äußere Einflüsse wie Licht, Wind oder Bodenverhältnisse.

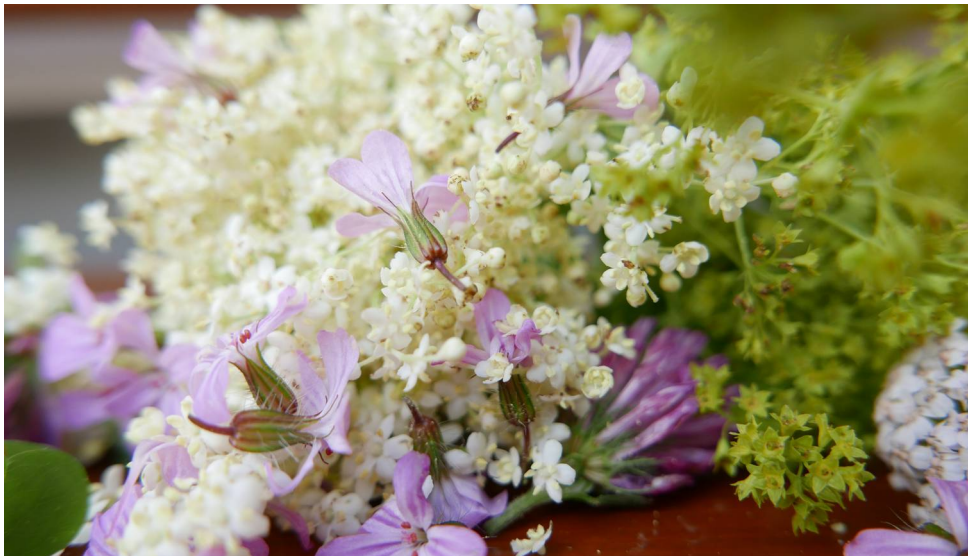
Nur in seltenen Fällen hat ein Baum so starke Schäden durch Stürme, Blitzschläge oder Krankheiten erlitten, dass der Schnitt durch menschliche Hand seinen Gesundheitszustand tatsächlich verbessern kann. In aller Regel greift man nicht in erster Linie zum Wohl des Baumes zur Astschere, sondern weil die Ziele und Bedürfnisse des Baumbesitzers sich nicht ganz mit dem natürlichen Lauf der Dinge decken: Äste wachsen zu nah an Häuserwände

und Nachbargärten heran oder stören den Straßenverkehr; Apfelbäume tragen in einem Jahr stark und im nächsten fast gar nicht, Früchte sind für den menschlichen Geschmack zu klein, zu sauer und zu ungleichmäßig. Der Baumschnittkurs hat mich von der Idee kuriert, Bäume im Hausgarten einfach mal so ein bisschen zu schneiden. Vorm nächsten Baumschnitt werde ich mir Zeit nehmen, den Baum in seiner Gestalt erstmal hinreichend zu betrachten. Dann werde ich für mich klären: Was ist mir denn wichtig, was der Baum nicht auch von allein schon leistet? Ich denke schon, dass ich den einen oder anderen Ast mit der Handsäge entfernen werde, wenn er zu dicht an einem anderen Ast wächst und aller Wahrscheinlichkeit nur kleine Miniäpfel tragen wird. Aber ich werde mit wacherem Blick, mit einem neuen Verständnis für das Wunderwerk Baum und mit mehr Behutsamkeit zur Tat schreiten. Und was sicher auch spannend ist: Die Bäume in jedem Jahr vor und nach dem Schnitt zu fotografieren, um so im Lauf der Jahre immer mehr zu lernen, ob das, was ich mit meinen Schnitten erreichen wollte, auch tatsächlich eingetreten ist.

*Katja Brudermann für die Bodenseebauern*

### Grünes Powerfood

So langsam fangen sie wieder an zu sprießen – die ersten Wildkräuter des Frühlings. Löwenzahn, Vogelmiere, Brunnenkresse und Sauerampfer - sie sind sehr reich an essentiellen Aminosäuren, Vitaminen, Spurenelementen, Mineralien und Antioxidantien. Sie wirken basisch, stärken das Immunsystem und enthalten jede Menge Chlorophyll. Dadurch fördert es die Wundheilung und wirkt entgiftend auf den Körper, geruchsneutralisierend (v.a. bei Mund- und Körpergeruch), reinigt den Darm, hilft gegen Entzündungen und Vieles mehr. Darum: 'Her mit dem Grünzeug!'



### Rezept-Tipp:

#### Wildkräuter-Smoothie

##### Zutaten für 4 große Gläser:

- 200 gr. Obst (z.B.: Apfel/ Banane/ Orange) oder Gemüse (z.B.: Gurke/Avocado/Salat/ Karotte/Rote Beete)
- 500 ml Flüssigkeit, z.B. Wasser, Saft, Buttermilch oder vegane Alternativen (wie Sojamilch, Reismilch, Hafermilch) oder eine Kombination dieser Zutaten
- Saft einer Zitrone und die geriebene Schale von 1/2 Zitrone
- 2-3 Handvoll frische Frühlingskräuter:
- junge Brennesselblätter
- Sauerampfer



Löwenzahnblätter (aus dem Inneren der Blattrosetten)

- Vogelmiere
- Huflattichblüten
- Gänseblümchen (Blüten & Blätter)
- Spitzen des Wiesenlabkrauts
- Brunnenkresse oder andere Kressearten  
(Bitte nur das sammeln, was zu 100 % bestimmt werden kann!)

##### Zubereitung:

- zunächst die Kräuter waschen und mit etwas Wasser pürieren
- dann die restlichen Zutaten beimengen und mixen, bis eine schaumige Konsistenz erreicht ist.
- je nach Bedarf noch süßen event. mit Honig, Agavendicksaft, Ahornsirup oder Stevia
- Wer's gerne scharf mag, kann noch ein Stück Ingwer mit reinreiben.
- Wer mag kann auch noch geröstete Nüsse, wie Sonnenblumenkerne, gehackte Mandeln, Haselnüsse oder Walnüsse, Ciasamen, Erdmandelflocken oder geschälte Hanfsamen (reich an essentiellen Fettsäuren!) darüber streuen.

##### Anmerkung:

Wer das Ganze in festerer Form als Dessert zubereiten möchte (zum Kauen und Einspeicheln), nimmt weniger Flüssigkeit oder Ersatzweise Joghurt oder Quark und mixt alle Zutaten gleichzeitig. So werden die Grünanteile nicht ganz so stark zerkleinert.

Freundlicher Weise zur Verfügung gestellt von Nicole Kaiser - 'Pflanzenbotschafterin', [www.arnica-wildkraeuterseminare.de](http://www.arnica-wildkraeuterseminare.de)