

## Kräutererlebnis auf der Via Culinaria

*Natururlaub für alle Sinne – Kräuter-Workshops für Groß und Klein*

**Der „Genussweg für Kräuterliebhaber“ der Via Culinaria eröffnet mit seinen 20 Adressen interessierten Besuchern die ganze Welt der Kräuter und Heilpflanzen. Auf den Kräuteralmen am Hochkönig werden vor Ort gesammelte Kräuter an Ort und Stelle weiterverarbeitet. Und in der Fuschlseeregion lernen Kinder in Workshops, wie man köstliches Kräutersalz selbst herstellt.**

Liebevoll angelegte Kräutergärten, romantische Kräuteralmen, Bio-Höfe und Hotels, köstliche Produkte, duftende Salben und Tinkturen versprechen ein ganzheitliches Naturerlebnis im Urlaub. Im SalzburgerLand laden KräuterpädagogInnen und TEH-PraktikerInnen (Traditionell Europäische Heilkunde) zu Kochkursen, Seminaren, Wanderungen und Verkostungen ein: Dabei treffen Klostermedizin, bäuerliches Heilwissen und heidnische Bräuche aufeinander. Für interessierte Gäste und Gourmets sind die 20 Adressen im Genuss-Guide „Via Culinaria“ übersichtlich zusammengefasst.

### Genuss und Heilkunde auf 13 Kräuteralmen rund um den Hochkönig

Arnika, Baldrian, Salbei, Schafgarbe, Holunder und Johanniskraut wachsen in den Küchengärten und auf den Weiden der 13 Kräuteralmen rund um den Hochkönig. Die Kräuter sind wichtiger Bestandteil der traditionsreichen Bergbauernküche und der über jahrhundertelange gepflegten Heilkunde. Auf den Almen in Maria Alm, Dienten und Mühlbach sorgen sie für ein Genusserelebnis der besonderen Art. Bei gemeinsamen Workshops auf der Obersteghofalm etwa geht's zu Wildkräuterführungen und es werden Cremes und Salben hergestellt. Denn natürlich verwenden die Almbäuerinnen die Kräuter nicht nur für die Küche, sondern auch für kleinere und größere Unpässlichkeiten.

Auch beim **4. Kräuterfest** am Hochkönig dreht sich alles um die heimischen Wild- und Heilpflanzen. Das Fest mit abwechslungsreichem Rahmenprogramm wie Einführung in die Salbenherstellung, Heubasteln, Kräuterfußreflexzonenmassage, Kinderkräuterprogramm und musikalischer Unterhaltung findet am 1. Juli 2018 ab 12.00 Uhr auf der Wastlalm in Maria Alm statt. Den Auftakt dazu macht bereits um 9.00 Uhr eine Kräuterwanderung mit zwei Kräuterpädagoginnen. [www.hochkoenig.at](http://www.hochkoenig.at)

### Von Quellwasser und Bergkräutern in der Ferienregion Nationalpark Hohe Tauern

Beim Wandern in der Wildkogel-Arena wird man nicht nur von plätschernden Gebirgsbächen begleitet, man findet am Wegesrand und auf den Almwiesen auch zahlreiche Kräuter mit Heilwirkung und köstlichem Geschmack. [www.hohetauern.at](http://www.hohetauern.at)

### Kräutersalz selbst herstellen auf der „Via Culinaria 4 kids“

Der Via Culinaria-Genussweg für GourMinis in der Fuschlseeregion umfasst insgesamt sieben Adressen: Auf der Mayerlehenhütte auf der Gruberalm in Hintersee etwa werden geführte Kräuterwanderungen angeboten und aus den gesammelten Kräutern wird anschließend Almkräuter-Pesto oder Kräuterlimonade hergestellt. [www.fuschlseeregion.com](http://www.fuschlseeregion.com)

**SalzburgerLand  
Tourismus GmbH**  
Wiener Bundesstraße 23  
Postfach 1  
5300 Hallwang | Salzburg  
AUSTRIA

T +43 662 6688 0  
F +43 662 6688 66

info@salzburgerland.com  
www.salzburgerland.com

#### PRESSEKONTAKT

**Michaela Obernosterer**  
Chefredaktion PR und  
Contentmanagement

m.obernosterer@  
salzburgerland.com  
T +43 662 6688 77  
M +43 664 8066 8877

**Gernot Hörwertner**  
Unternehmens-  
kommunikation und  
Contentmanagement

g.hoerwertner@  
salzburgerland.com  
T +43 662 6688 75  
M +43 664 8066 8875

**Sabrina Gangl, BA**  
PR- und  
Contentmanagement

s.gangl@  
salzburgerland.com  
T +43 662 6688 76

### Weitere „Kräuter-Tipps“ Karin Buchart, Kräuter-Expertin und Autorin

- *Würzen mit Kräutersole*: Einen Salzstein oder 2 Esslöffel Steinsalz in ein ¼ Liter Schraubglas geben, geschnittene Kräuter dazu, mit Wasser auffüllen und 2 Wochen ziehen lassen.
- *Salzburger Waldsalz*: Frische Maiwipfel, hellgrüne Fichtenwipfel, pikant-bittere Engelwurz, Brennnessel, leicht scharfes Oswegokraut und Natursalz mixen: Schon steigt ein feuchtfrischer und harziger Waldduft in die Nase. Das Waldsalz schmeckt zu Kartoffeln oder Gemüse.