



**Naturpark
Mühlviertel**

Allerheiligen
Bad Zell
Rechberg
St. Thomas am Bl.

Aufblühen & Genießen



bei unseren ausgezeichneten Naturpark-Partnern

Unterkünfte · Kulinarik · Bio-Produkte · Spezialitäten



Mit Unterstützung von Land und Europäischer Union



LAND
OBERÖSTERREICH

LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums.
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete.



Herzlich Willkommen im Naturpark Mühlviertel



Natur schützen durch Nützen, Natur erleben und begreifen

(die Naturparkphilosophie)

In dieser Broschüre möchten wir Ihnen unsere Naturparkpartnerbetriebe und die Produzentinnen und Produzenten der Naturparkspezialitäten vorstellen. Durch ihr Wissen und ihre Identifikation mit dem Naturpark geben sie die Naturparkphilosophie an ihre Gäste und Kunden weiter.

Wir dürfen uns glücklich schätzen, Ihnen neben den Spezialitätenproduzenten auch Partnerbetriebe aus den unterschiedlichsten Branchen zu präsentieren. Der Bäcker ums Eck, ein Naturladen, Gasthäuser mit hervorragender Küche, wunderschöne Bauernhöfe und ein 4* Wellnesshotel laden zum Genießen und Übernachten ein.

Das Leben des Naturparkgedankens, die Leidenschaft und die Begeisterung für die Natur verbindet die Naturparkpartnerbetriebe.

Gerne informieren sie über Themen rund um den Naturpark und teilen auch ihr ganz persönliches „Lieblingsplatzlerl“ mit Ihnen.

Wir haben die Menschen, die hinter unseren Naturparkpartnerbetrieben stehen, vor den Vorhang geholt. Ganz nach dem Motto „Durchs Reden kommen d`Leut zusammen“, haben wir dabei in sehr interessanten Gesprächen viel Persönliches aber auch das eine oder andere zum Schmunzeln erfahren. Sogar manch spannendes Kochrezept konnten wir unseren Gesprächspartner:innen entlocken. Lernen Sie mit uns diese Menschen kennen.

Viel Freude bei Ihrer ganz persönlichen Auszeit in dieser einzigartigen, kraftvollen Naturlandschaft, beim Genuss und Einkauf regionaler Naturparkspezialitäten oder beim Nachkochen der Rezepte.

Wir freuen uns auf Sie im Naturpark Mühlviertel!

Das Naturpark-Team

Regionale Wertschöpfung

Naturpark in Zahlen:

- » 4 Naturparkgemeinden:
Allerheiligen i. M. • Bad Zell
Rechberg • St. Thomas am Bl.
- » 1.046 ha Gesamtfläche
- » ca. 6.100 Einwohner
- » Gründung 1996
- » Naturparkerweiterung 2005



Was ist ein Naturpark?

Seit eh und je leben die Menschen unserer Region mit und von der Natur. Pflege und Nutzen gehen Hand in Hand. So entstand eine vielfältige Kulturlandschaft, die mit dem Prädikat Naturpark ausgezeichnet wurde. Die Aufgabe des Naturparks ist, dieses Landschaftsschutzgebiet zu bewahren und mit den Menschen weiterzuentwickeln.

Spezialitäten aus der Natur

Naturparkspezialitäten sind regionale Produkte von höchster Qualität. Durch eine nachhaltige Bewirtschaftung und eine schonende Produktionsweise tragen die Bäuerinnen und Bauern wesentlich zum Schutz der vielfältigen Natur- und Kulturlandschaft bei.

Mit dem Kauf dieser Produkte verwöhnen Sie sich mit wahren Köstlichkeiten und sichern gleichzeitig den Erhalt dieser besonderen Landschaft und der biologischen Vielfalt.

Besonderheiten

Granitformationen, Steinblockwiesen, Wackelsteine, Naturdenkmale, Entdeckerplätze zu den 4 Leittieren, Schmetterlingserlebnisweg, Steinlehrpfad und Stoakraftweg.

Leitpflanze - Quendel

Der Quendel, wilder Thymian, ist eine typische Pflanze im Naturpark Mühlviertel. In seiner Blütezeit von Mai – Oktober ziehen seine rosa-lila Blüten mit ihrem aromatischen Duft viele Schmetterlinge und Bienen an.

Auch wir Menschen nutzen den Tausendsassa schon seit vielen Jahrhunderten. In der Volksheilkunde findet man ihn in Salben und Sirupen. Er gilt als bewährtes Hausmittel gegen Husten, stärkt Magen & Darm und hat eine entkrampfende Wirkung.

In der Küche ist er ein beliebtes und sehr vielseitig verwendbares Würzkräut. Sorbet oder Wildgericht? Der Quendel passt überall.

Tipp: Regionale Quendelpflanzen erhalten Sie beim Gärtner Johann Gaisberger.

www.johga.at



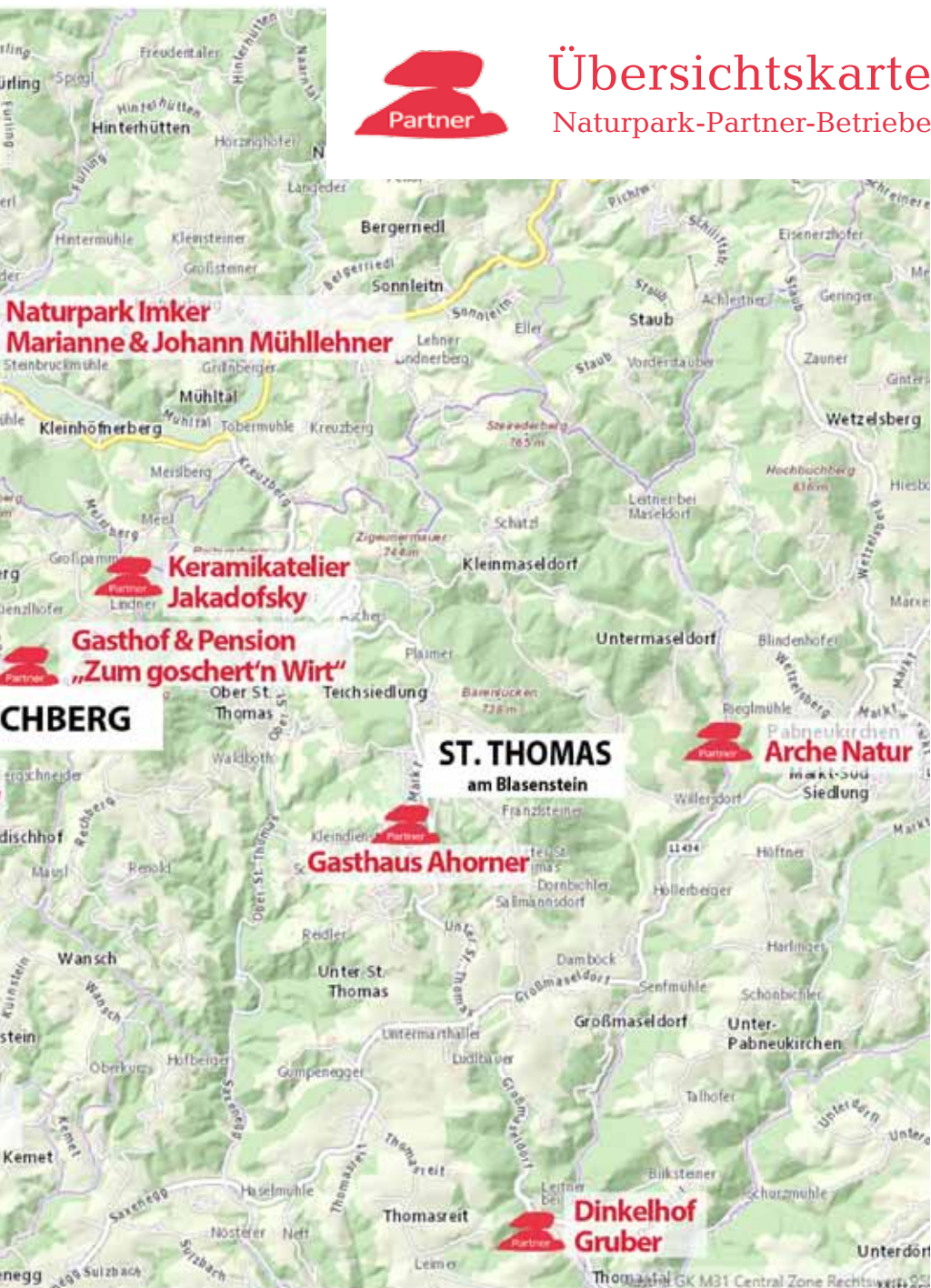


Karte: © DORIS, Datenquelle: Land OÖ., doris.at



Übersichtskarte

Naturpark-Partner-Betriebe



DER DORFWIRT

*** Gasthof in Rechberg



Quendel-Frischkäse Tascherl

Zutaten: Teigtascherl

*400 g mehlige Kartoffeln
gekocht und passiert*

15 g Salz, etwas geriebene Muskatnuss

180 g Weizenmehl

25 g Weizengrieß grob

1 Eigelb

Zutaten: Fülle

*200 g Frischkäse, 1 EL Quendel (frisch
oder getrocknet), 1 Prise Salz und
Pfeffer, Zitronenzeste*

Die passierten Kartoffeln würzen, mit dem Eigelb vermengen, Weizenmehl und Grieß dazugeben und mischen.

Für die Füllung alle Zutaten miteinander vermischen, abschmecken und in einen Spritzsack füllen.

Den Kartoffelteig ca. 0,5 cm dick ausrollen, mit der Fülle einzelne Häufchen daraufsetzen, den Teig darüber klappen und halbmondförmig ausstechen. Im Salzwasser kochen, 5 Stück/Portion anrichten.

Rezept für 4 Portionen

Bierschaum & Matchboxautos

Den beiden Wirtsleuten Claudia und Jürgen Raab wurde die Gastronomie schon in die Wiege gelegt. Und so hat Claudia im elterlichen Betrieb bereits mit acht Jahren den Gästen Bier serviert und dabei ganz heimlich vom Bierschaum gekostet. Jürgen hat es da lieber vorgezogen, die Schüssel, in der der Teig gerührt wurde, auszuschlecken. Da seine Mama in der Küche stand, kam es nicht selten vor, dass die Wiener Hausgäste auf ihn aufgepasst haben.

Kennengelernt haben sich die beiden am ersten Arbeitstag von Claudia in einem Linzer Hotel. Jürgen war schon damals von seiner Claudia beeindruckt, „die traut sich was, ist nicht auf den Mund gefallen“.

Als kleiner Junge wollte Jürgen unbedingt Pilot werden, oder „irgendwas mit Autos“ und so hat er im Alter von zehn Jahren Matchboxautos umlackiert. Heute ist Autofahren für ihn Freiheit pur.

Da dem Jürgen der Kontakt mit seinen

Naturpark im Zimmer

Gasthof „Der Dorfwirt“

Familie Raab
4324 Rechberg 11
Tel. 07264/4694
info@dorfwirt-raab.at
www.dorfwirt-raab.at



Gästen besonders wichtig ist, hat er sich für den Service entschieden und lässt Michaela und ihr Team in seiner Küche kochen. Sie war es auch, die uns das Rezept für die aromatischen Quendel-Frischkäse Tascherl verraten hat.

Die Gäste & der Schwammerling

Dass der Naturpark etwas für Jung und Alt ist, sieht man an den vielen Stammgästen, die jedes Jahr gerne wiederkommen, wie eine junge Familie aus Deutschland. Bis zu ihrem 99. Geburtstag war auch Helga aus Wien regelmäßig hier.



Wie wichtig den beiden Wirtsleuten der Naturpark ist, sieht man an den mit viel Liebe eingerichteten Naturparkzimmern. Die verwendeten Naturmaterialien und die Fotos des Naturparks lassen sie zu etwas besonderem werden.

Wenn die Gäste das erste Mal im Naturpark sind, dann empfiehlt ihnen Claudia den sieben Kilometer langen Naturparkweg. Vorbei an Steinriesen und duftenden Kräuterwiesen gelangt man nach dreieinhalb Stunden wieder zurück nach Rechberg.

Auf diesem Weg kann man auch das Wahrzeichen des Naturparks, den wohl berühmtesten Wackelstein Österreichs, den Schwammerling, bestaunen. Nach einem anstrengenden Tag zieht es auch Claudia und Jürgen manchmal zu ihm, um dort die Ruhe und die Aussicht zu genießen.

*Wir sind Naturpark-
Partner weil ...*

„das für uns eine Selbstverständlichkeit ist, unser Betrieb liegt mitten im Naturpark, wir leben das.“

Zum goschert'n Wirt

Gasthof und Pension in Rechberg



*Wir sind Naturpark-
Partner weil ...*

*„wir voll hinter dem
Naturpark stehen, er uns wichtig ist.
Das ist auch der Grund, weshalb wir
von Anfang an dabei sind.“*

Lieblingsplatzerl

Fragt man die Wirtin Sonja Haunschmid-Fuchs, die den Gasthof gemeinsam mit ihrem Mann Roland von ihren Eltern übernommen hat, nach ihrem Lieblingsplatzerl im Naturpark, so braucht man auf die Antwort nicht lange zu warten, der Großdöllnerhof. Er ist für sie ein Kraftplatz an dem sie, wenn es die Zeit erlaubt, zur Ruhe kommt und neue Energie tanken kann.

Der Großdöllnerhof ist ein 400 Jahre alter Mühlviertler Dreiseithof und wegen der Vielfalt an Naturpark-Erlebnisangeboten und -kursen ein gut besuchtes Freilichtmuseum. In einer Dauerausstellung erfährt man mehr über die regionale Volksmedizin und das Heilbrauchtum.

Gerne erinnert sie sich auch an jene Nacht zurück, in der sie mit ihrem jüngeren Sohn Fabian an einer spannenden Nachtwanderung des Naturparks teilgenommen hat. Da gab es Glühwürmchen und Fledermäuse zu beob-



Schulklassen im Mittelpunkt

Gasthof „Zum goschert'n Wirt“

Familie Haunschmid

4324 Rechberg 15

Tel. 07264/4613

info@gasthof-haunschmid.at

www.gasthof-haunschmid.at



achten, aber auch Geschichten und am offenen Feuer gegrillten Flugmais. Das war für die Beiden ein ganz besonderes Erlebnis „das bleibt einem in Erinnerung“ so Sonja.

Goschert?

Die Zeiten des „goschert seins“ sind längst vorbei, das war der Senior Chef mit seinen markigen Sprüchen. Aber grad heraus ist die Sonja, die genau weiß was sie will, allemal. Was ihr nicht schmeckt, kommt nicht auf den Tisch.

Bei einem köstlichen Glas selbstgemachten Quendelsaft erzählt sie von der engen Zusammenarbeit mit den Schulen. Die Jugendlichen sammeln hier im Rahmen von Projekttagen ihre ersten Erfahrungen mit dem Naturpark.

Unter dem Motto „Abenteuer Natur“ entdecken sie gemeinsam mit Naturvermittlerinnen und -vermittlern, die Geheimnisse der Natur und begreifen spielerisch die Zusammenhänge.

Dieses kollektive Erleben, das gemeinsame Unterwegs sein und aktive Erkunden der Naturvielfalt, fördert den Teamgeist und stärkt die Klassengemeinschaft nachhaltig. Viele von ihnen kommen später selbst als Erwachsene gerne wieder.

Quendel-Sirup

1 l Wasser, 1 kg Zucker
eine Handvoll frischen Quendel
Zitronensäure

Wasser mit Zucker aufkochen und die Zitronensäure dazugeben.

Das Zuckerwasser heiß über den Quendel gießen, kühl stellen und 3-4 Tage ziehen lassen.

Abfüllen und genießen!

Hotel Lebensquell ****s

Gesundheitsresort in Bad Zell



Foto: OÖ Tourismus/Alexander Kaiser



*Wir sind Naturpark-
Partner weil ...
„mir als Jäger und
Naturliebhaber der Erhalt einer
vielfältigen Landschaft ein Anliegen
ist und ich die Chance sehe, das
Bewusstsein der Gäste in diesem
Bereich zu schärfen.“*



Foto: Kurhotel Bad Zell

Thomas, Jeannie und die Artenvielfalt

Thomas Fröhlich, Geschäftsführer und Miteigentümer des Hotels, fuhr bereits als Dreijähriger mit seinem Vater ins Revier. Denn alle in seiner Familie sind Jäger, das hat Tradition. Aus Tra-

ditionsbewusstsein, war es auch ganz selbstverständlich, dass Thomas in jungen Jahren die Fleischerei von seinem Vater übernommen hat. Schon damals kam das Wild oft aus der eigenen Jagd und das ist auch heute im Hotel Lebensquell noch so.

Wenn Thomas in seinem Revier unterwegs ist, wird er oft von Jeannie, einer schwarz-braunen Gordon Setter Hündin, begleitet. Jeannie ist „fast wie ein Familienmitglied, eine treue Begleiterin“.

Weil der naturverbundene Thomas aber mehr Heger als Jäger ist, hat er gelernt, wie man eine Drohne fliegt. Er sucht damit die Wiesen vor der Mahd nach Rehkitzen ab, um sie so vor dem Mähtod zu bewahren.

Wichtig ist ihm auch die Artenvielfalt, auf der Wiese genauso wie im Wald. „Ich möchte auf einer Wiese mehr als nur drei unterschiedliche Grasarten sehen.“ Und in seinem Revier sind neben Reh, Fuchs und Hase auch seltene

Wellness im Naturpark

****s Hotel Lebensquell

Gesundheitszentrum mit Wasser-,
Sauna-, Sinnes- und Schönheitsoase
Lebensquellplatz 1, 4283 Bad Zell
Tel. 07263/7515
office.hotel@lebensquell-badzell.at
www.lebensquell-badzell.at



Beutegreifer gerne gesehen. Dieses Verständnis für die Natur, das mit der Natur leben, ist es auch, was er gerne seinen drei Enkelkindern weitergeben möchte.

Das Mühlviertel entschleunigt

Wenn Thomas zur Ruhe kommen will, dann findet man ihn zuhause in der Küche, wo er mit viel Leidenschaft, einem Glaserl Wein und den gut gemeinten Ratschlägen seiner Frau am liebsten köstliche Gemüse- und Wildgerichte zaubert, dabei bedient er sich auch gerne der selbst gezogenen Tomaten und des Gemüses aus dem Hochbeet.

Abends genießt er gerne den Blick vom Hochstand in Richtung der Naturparkgemeinde Allerheiligen, so ganz ohne Handy, denn „das Mühlviertel entschleunigt total“.

Rehleber mit Eierschwammerl auf Quendel-Kartoffelpüree

600 g Rehleber gehäutet und geschnitten, 500 g Eierschwammerl, 3 Stk. Schalotten, 8 Scheiben Bauernspeck, 1/8 l kräftigen Rotwein, 1/8 l Jus, 1 kg mehliges Kartoffel, 1/4 l Frischmilch, 80 g Butter, 1 Muskatnuss, etwas Mehl zum Staub der Leber, Salz, Pfeffer, Muskat, Frischer Quendel, Knoblauch

Kartoffel im Salzwasser kochen, schälen, durchpressen, mit Milch verrühren, mit Butter, Salz und Pfeffer abschmecken.

In der Zwischenzeit die Eierschwammerl waschen und die Schalotten schälen. Anschließend die Rehleber portionieren, in einer heißen Pfanne scharf anbraten. Die Rehleber herausnehmen, Bauernspeck, Schalotten und Eierschwammerl anbraten, mit Rotwein ablöschen, den Jus dazugeben und einkochen lassen.

Das Kartoffelpüree mit dem Quendel verfeinern, auf einem Teller anrichten, die Rehleber draufsetzen und die Eierschwammerl darüber geben.



Quendel-Erdäpfelsuppe mit Eierschwammerl

100 g Butter, 1 große Zwiebel, 300 g speckige, grob gewürfelte Erdäpfel, 1 l Rindsuppe oder Gemüsebrühe, 40 g Mehl zum Stauben, 1/8 l Obers, Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Kümmel gemahlen und Quendel

250 g heimische Eierschwammerl (geputzt und gewaschen)

Feingehackte Zwiebel in Butter glasig anbraten, Erdäpfelwürfel dazugeben, kurz mitrösten, Mehl dazu und gut durchrühren mit Suppe aufgießen. Mit Salz und Kümmel würzen. In ein Gewürzsackerl (Teefilter) 1 TL Pfefferkörner und 2 Lorbeerblätter füllen und zur Suppe geben.

Ca. 20 min köcheln lassen, bis die Erdäpfel weich sind. Gewürzsackerl entfernen. Obers dazugeben und Suppe kräftig durchmixen. Bis sie schön schaumig ist.

Am Schluss gehackte Quendelblätter und die in Butter angebratenen Eierschwammerl dazugeben.

Hier kocht die Chefin

Michaela Holzer ist Köchin aus Leidenschaft. Beobachtet man sie in ihrer Küche, so fällt einem sofort auf, mit welcher Freude sie am Kochen ist, das breite Lächeln ist trotz der Hitze, nicht zu übersehen.

Inspiration holt sich Michaela, aus diversen Zeitschriften oder aus ihren mehr als zweihundert Kochbüchern, die verstreut im ganzen Haus zu finden sind. Die Haubenköchin Lisl Wagner-Bacher ist ihr großes Vorbild. Ihr selbst ist es wichtig, „eine gute Arbeit zu machen“, gebackene Speckknödel sind eines ihrer Lieblingsgerichte.

Der Quendel hat es ihr in der Küche angetan, „eine unscheinbare Pflanze, mit lila Blüten und einem ungeheuren Geschmacks-Potenzial“. Er findet sich im Naturpark-Weidelamm mit Eierschwammerl ebenso wie im Zitronensorbet. Von ihrer köstlichen Erdäpfelsuppe mit Eierschwammerl und Quendel hat sie uns sogar das Rezept verraten.

Quendel in der Küche

Gasthaus Färberwirt

Familie Holzer

Kurhausstraße 10, 4283 Bad Zell

Tel. 07263/7434

info@faerberwirt-badzell.at

www.faerberwirt-badzell.at



Die Steirische

Neben ihrer Küche gehört die zweite Leidenschaft der Musik. Sie hört gerne klassische Musik und ist ein großer Fan vom Cellisten Stjepan Hauser und dem Musiker und Komponisten Herbert Pixner. Sie selbst spielt seit mehr als dreißig Jahren die steirische Harmonika, auch wenn sie jetzt „leider nicht mehr so viel Zeit dafür hat“.

Doch auch bei der Musik lässt sie das Kochen nicht ganz los. Bei den beliebten **Klangmenüs** werden die Speisen und Getränke auf die Musik abgestimmt und meistens ist auch irgendwo der aromatische Quendel zu finden.



So darf beispielsweise bei einem Abend mit Filmmusik aus den James Bond Klassikern, neben regionalen Köstlichkeiten natürlich der Vodka Martini geschüttelt aber nicht gerührt - nicht fehlen. Tipps für die passenden Speisen bekommt Michaela von ihrem Mann Helmut, der ein leidenschaftlicher James-Bond Fan ist.

Und wenn dann neben all dem noch Zeit bleibt, sind die Beiden gemeinsam mit den E-Bikes unterwegs und genießen den traumhaften Blick von der Streusiedlung Zellhof in Richtung Schwammerling.

*Wir sind Naturpark-
Partner weil ...*

*„wir im Naturpark daheim sind und
uns die Natur und die Regionalität
ein wichtiges Anliegen sind.“*

Bio-Bäckerei Stöcher

Konditorei & Cafe in Bad Zell



*Wir sind Naturpark-
Partner weil ...*

*„uns die Regionalität extrem
wichtig ist, damit Betriebe in
der Region gestärkt werden
und das Miteinander besser
funktioniert.“*

Dua net scherzl'n

Für den gelernten Bio-Bäcker & Konditor Karl Stöcher war es bereits in sehr frühen Jahren klar, ich werde einmal Bäcker. Und so verwundert es einen auch nicht, dass der junge Karl bereits im zarten Alter von vier Jahren beim Faschingsumzug im Kindergarten als solcher verkleidet war. (Foto links)

Später ist er in den Ferien im VW Bus mit seinem Vater ins „Gai“ (ländliches Gebiet) gefahren, meistens freiwillig, manchmal auch etwas weniger freiwillig. Vier Stunden Schlaf sind dem energiegeladenen Karl, der manchmal schon ab Mitternacht in seiner Backstube steht, genug. Karl Stöcher liebt sein Brot und da vor allem die Scherzl so sehr, dass er sogar im Urlaub nicht darauf verzichten möchte. Nur einmal hat er vergessen sein geliebtes Brot einzupacken und das ausgerechnet beim Picknick zum 15. Hochzeitstag. Seine Frau Maria, die das Unternehmen mitführt, konnte das nicht glauben und meinte „dua net scherzl'n“.



Natur im Gebäck

Bio-Bäckerei Stöcher

Familie Stöcher

Marktplatz 2, 4283 Bad Zell

Tel. 07263/7228

badzell@stoecher.at

www.stoecher.at



Die 60-iger

Etwas das nur die Wenigsten, die ihn kennen, wissen ist, dass Karl die Musik der 60-iger Jahr besonders mag und ein bekennender Fan der Musikgruppe „The Doors“ ist. Da kann es dann schon einmal sein, dass zuhause bei lauter Musik so richtig abgerockt wird.

Wenn er es ruhiger mag, geht er mit Maria gerne wandern. Am besten gleich von zuhause aus, ein Lieblingsplatzerl hat er keines, weil „bei uns, im Naturpark, ist es überall schön“.

Besonders wichtig ist ihm, dass die Zutaten, die er verarbeitet aus der Region kommen. Den Quendel, die Leitpflanze des Naturparks, verarbeitet er in Keksen und Gebäck. Das Rezept für seine Quendelkekse hat er uns leider nicht verraten, „da haben wir lange herumexperimentiert“. Aber dafür konnten wir ihm das Rezept für seine Bio-Quendel-Laiberl entlocken.

Bio-Quendel-Laiberl



(für 10 Stück)

470 g Bio-Dinkelmehl (T 700)

190 g Wasser

30 g Bio-Vollmich

35 g Bio-Honig

10 g weiche Bio-Butter

14 g Hefe, 7 g Salz

7 g Quendel getrocknet

Alle Zutaten ca. 5 min lang zu einem Teig kneten, den Teig 5 - 10 min rasten lassen, dann 20 min in feuchter Umgebung gehen lassen.

Zu Laiberl formen, mit etwas Quendel bestreuen und im Anschluss 12 - 15 min bei 200 - 210° im Backofen backen.

Mühlviertler Berghof

Biobauernhof Hunger in Bad Zell



*Wir sind Naturpark-
Partner weil ...
„uns der Naturschutz
und die Naturvermittlung
sehr am Herzen liegen.“*

Blacky & Borsti

Blacky und Borsti sind zwei lustige Schweine. Neben alten Schweinerasen gibt es auf dem Arche- und Biohof der Familie Hunger, noch viele weitere seltene Nutztierassen zu bestaunen. Diese Rassen sind laut Alexander wesentlich robuster, besonders wichtig ist dem überzeugten Bio-Landwirt in zweiter Generation, „dass die Artenvielfalt erhalten bleibt“.

Die Achtsamkeit für die Natur, den Respekt allen Lebewesen gegenüber, das ist allen am Hof eine Herzensangelegenheit. Im Rahmen von Seminaren und Workshops wird dies vor allem Kindern, gerne auch Erwachsenen, in Form von verschiedenen Veranstaltungen mit viel Begeisterung, Freude, Kreativität und Idealismus vermittelt (Schule am Bauernhof, Naturerfahrung, Wildnisschule usw.)

Gerne kann der wunderbare Platz ab 2023 fallweise von externen Seminarveranstaltern oder für Naturrituale (Hochzeit, Taufe, ...) reserviert werden.



Pension Mühlviertler Berghof

Familie Hunger
Erdleiten 2, 4283 Bad Zell
Tel. 07263/6110
info@bioberghof.at
www.bioberghof.at



Kinder verändern die Welt

„Kinder sind ehrlich, echt, neugierig.“ Genau diese Neugierde ist es, die für Alexander die Beschäftigung mit Kindern so spannend macht. Der ausgebildete Waldpädagoge erkundet mit ihnen die Umgebung, da wird beobachtet, viel gelacht und auch innegehalten, um die Aufmerksamkeit bewusst auf die Geräusche in der Natur zu lenken.

Auch Anpacken ist gefragt, ob beim Stallausmisten oder bei der Zubereitung der Jause. Die Teilnehmer:innen erleben unmittelbar, wo ihr Essen herkommt, was es dazu braucht, wieviel Arbeit damit verbunden ist. Da gibt es beispielsweise selbstgeschnittene Erdäpfel-Wedges statt Pommes aus der Tiefkühltruhe und selbstgebackenes Gebäck.

Wieviel Ackerfläche brauche ich, um Getreide für 1 kg Brot zu ernten? Wieviel Milch benötige ich für 1 kg Topfen? Mit derartigen Fragen, wird vielerlei Wissen vermittelt und das Bewusstsein weitergegeben, wie wertvoll Lebensmittel sind, denn „Kinder können die Welt verändern“.

Bio-Berghof-Laden

Verschiedene Produkte und Erzeugnisse aus dem eigenen Betrieb. Getreide-Produkte, Nudeln, Dinkelaufstriche, Brot, Sirupe, Fruchtaufstriche, uvm.



Unser Tipp: Quendel-Sirup „d'Wiesn“, Quendel-Kekse, Quendelöl und -essig.

Geöffnet Freitag 13-17 Uhr

Mit **online-Bestellshop** zum Vorbestellen der Produkte, die abgeholt werden. Teilweise auch Versand möglich. **www.berghofladen.at**

Pechölbrennen

Pechöl, ein bewährtes Heilmittel, war früher auf jedem Hof zu finden. Auf einem eigenen Pechölstein wird ein kleiner Meiler errichtet und in einem aufwendigen Brennverfahren aus harzreichem Kiefern- oder Fichtenholz das wertvolle Öl gewonnen. Am Hof der Familie Hunger wird diese alte Handwerkskunst noch praktiziert und so das Wissen weitergegeben.



Bauernhof Salomon

Urlaub am Bauernhof Betrieb in Bad Zell



*Wir sind Naturpark-
Partner weil ...
„es uns ein großes Anliegen ist,
unsere Arbeit als Landwirt,
unser Leben mit der Natur
und den Tieren, unsere
Philosophie an die Gäste
weiterzugeben.“*

4-Blumen und 100 Obstbäume

Auf dem Bauernhof von Elisabeth und Stefan Schinnerl gibt es, sehr zur Freude der zahlreichen Insekten, natürlich mehr als nur vier Blumen. Die 4-Blumen sind ein Qualitätskriterium, das von - Urlaub am Bauernhof - ähnlich den Sternen in der Hotellerie, Betrieben verliehen wird.

Stefan und seine Elisabeth sind aber auch stolze Besitzer von mehr als hundert Obstbäumen. Deren Äpfel zu köstlichem Apfelsaft und Most verarbeitet werden. Ein Genuss für ihre Gäste. Der Naturpark Mühlviertel ist auf seinen 1.046 ha Gesamtfläche eine beeindruckende Natur- und von umsichtigen Menschen gestaltete Kulturlandschaft und da dürfen Obstbäume nicht fehlen.

Als gelernter Landschaftspfleger sieht sich Stefan als „Friseur der Obstbäume“, besonders freut er sich, „wenn die Bäume dann, nach einem richtigen Schnitt, wieder mehr tragen“.



Im Einklang mit der Natur

Bauernhof Salomon

Familie Schinnerl

Riegl 8, 4283 Bad Zell

Tel. 0664/88 58 35 03

info@salomon-badzell.eu

www.bauernhof.at/salomon



Salomons Dachboden

Das Alte zu bewahren ist der Familie von Stefan wichtig. Sein Großvater hat bereits damit begonnen, Dinge zusammenzutragen, die zeigen, „wia ma früher glebt und gearbeitet hat“. Mittlerweile ist auf dem Dachboden des Vierkanthofes ein kleines, faszinierendes Museum entstanden. Wenn Stefan so durch das Museum führt und spannende Geschichten zu den einzelnen Sammlerstücken erzählt, fühlt man sich zurückversetzt in eine Zeit, in der die Menschen das Leben mit einfachen Mitteln meistern mussten, ohne viel Technik, dafür aber mit umso mehr Kreativität. Und so gibt es hier alte landwirtschaftliche Geräte ebenso zu bestaunen, wie alles was früher so im Haushalt gebraucht wurde, aber auch alte Zeitungen und Geldscheine, einen selbstkonstruierten Rollstuhl oder ein „zwegspannts“ Bett (Ehebett), das allerdings größtmäßig nicht mit den heutigen vergleichbar ist. „Die Menschen waren halt früher viel kleiner, und man hat

halt auch zusammenrücken müssen“, so Stefan und schmunzelt dabei. Zu seinen liebsten Sammlerstücken gehört eine alte Sackrodel aus Holz, die eigentlich den heutigen gar nicht so unähnlich ist.

Da 15er

Glänzende Augen bekommt der bodenständige Stefan aber erst so richtig, wenn er von seinem Steyrer Traktor aus dem Jahre 1954 erzählt, den er liebevoll „da 15er“ nennt und der noch heute wertvolle Dienste auf dem Kartoffelacker leistet.

Das Fahren mit seinem Traktor ist für Stefan Freiheit pur „das Tuckern, da kann man den Wind gspirn und die Vogerl hören“. Gerne ist er damit auch mit seinen Gästen unterwegs, um ihnen die Schönheiten des Naturparks zu zeigen.

Gasthaus Ahorner

in St. Thomas am Bl.



*Wir sind Naturpark-
Partner weil ...
„wir das Mühlviertel mögen
und die Natur uns ein
wichtiges Anliegen ist.“*

Quendel & Co

Die Kräuter spielen bei den beiden Wirtsleuten Birgit Mikulaschek und Christian Ahorner eine wichtige Rolle. Der gelernte Koch Christian liebt es, mit Kräutern zu experimentieren, das Abschmecken und die Zubereitung von Saucen mag er dabei besonders gerne. Mit vier Jahren hat er bereits gemeinsam mit seiner Oma die ersten Knödel gedreht. Richtig gepackt hat ihn die Kochleidenschaft dann aber im Alter von zehn. Als großer Fan von Bud Spencer und seinen Bohnen aus der Dose, hat Christian wochenlang experimentiert, bis sein Bohnengericht dem seines Idols in Farbe und Konsistenz sehr nahekam.

Bei chilliger FM4 Musik erzählt die Linzerin Birgit, die es der Liebe wegen nach St. Thomas verschlagen hat, dass sie Kräuter schon immer fasziniert haben. Ihr Kräuterwissen verdankt sie dabei vor allem ihrer Mama.

Die Kräuter und Blüten für den im Gasthaus angebotenen Haustee und die jahreszeitlich unterschiedlichen Sirupe sammelt sie selbst, getrocknet werden sie auf dem Dachboden des Gasthauses.

Haustee mit Quendel

*Zutaten verschiedene Kräuter wie
zB. Quendel, Dost, Melisse, Ringel-
blume, Salbei, Schafgarbe, Königs-
kerze, Kornblume, Sonnenblume,
Malve, Ysop und Holler.
Getrocknet und gerebelt.*

Kräuterwissen verkocht

Gasthaus Ahorner

Familie Ahorner

4364 St. Thomas am Bl., Markt 9

Tel. 07265/5474

office@gasthaus-ahorner.at



Wenn Zeit bleibt

In der Freizeit sind die beiden Wirtsleute gerne mit ihren E-Bikes in der näheren und weiteren Umgebung unterwegs, im Winter erkunden sie die Berge beim Tourengehen. „Die Natur holt einen runter, man verbindet sich wieder mit seinen Wurzeln, kommt zur Ruhe“ so Birgit.

Aber auch zu Fuß sind die Beiden in der Umgebung von St. Thomas anzutreffen. Voller Begeisterung erzählt Birgit vom Naturpark-Wanderweg S9: Felder, Bäche und Romantik. „Der S9 ist nicht so steil, da geht es vorbei an den Alpakas, dann fällt der Weg sanft ab, man ist auf Güterwegen unterwegs, kommt an Bauernhäusern vorbei, genießt eine tolle Aussicht und sieht immer wieder faszinierende Steine am Wegesrand“.

Christian spielt, wenn Zeit bleibt, hobbymäßig mit seiner Djembé, einer afrikanischen Bechertrommel, in einer Band. Die Birgit, die in Linz Lehramt für bildnerische Erziehung und tech-

nisches Werken studiert hat, zeichnet gerne, ihre Werke sind nicht nur auf der Speisekarte, sondern auch auf der Facebookseite des Gasthauses zu finden. Als praktisch denkender und sehr kreativer Mensch hat sie gemeinsam mit Christian aus alten Stühlen der Gaststube, einen Schnapswagen gebaut, der von vielen Gästen bewundert wird.





*Ich bin Naturpark-
Partner weil ...*

„es wichtig ist, aktiv dazu beizutragen, dass dieser ursprüngliche Teil des Mühlviertels auch in Zukunft als ein wertvoller Erholungsraum für Mensch und Tier zur Verfügung steht.“

Schmetterlinge im Bauch

Gerti ist ein Naturmensch durch und durch. Ihre Augen beginnen zu strahlen, wenn die ausgebildete Kräuterpädagogin von der faszinierenden Heilkraft der Kräuter erzählt. Dabei hat Gerti erst über viele Umwege ihre Leidenschaft für Kräuter, zu denen sie heute einen ganz besonderen Bezug hat, entdeckt. In ihrem liebevoll angelegten Garten gibt es viele dieser Kräuter zu bestaunen, zu beschnuppern und zu probieren. Ihre absolute Lieblingspflanze ist jedoch eine Blume, die Rose. Sie kann als natürliches

Heilmittel ebenso verwendet werden, wie in der Naturkosmetik.

Schmetterlinge im Bauch oder die Liebesmedizin der Natur ist nur einer der Kurse, in denen Gerti ihr Kräuterwissen gerne weitergibt. Doch bei Gerti wird auch Brot gebacken, Natursauerteigbrot im hofeigenen Brotbackhäusl. Das Befeuern mit Holzscheiten ist dabei eine große Herausforderung „die Hitze muss ganz genau passen, sonst wird das Brot nix“. Als Grüne Kosmetik Pädagogin hat uns Gerti in die Herstellung einer Seife mit Quendel eingeweiht.



In der Natur verwurzelt

Arche Natur

Gertrude Riegler

4363 Pabneukirchen, Untermaseldorf 10

Tel. 07265/5382

archenatur@hotmail.com

Öffnungszeiten:

Di: 14-19 Uhr

Fr: 14-19 Uhr



Pippi Langstrumpf

Gerti ist ein großer Fan von Astrid Lindgrens Pippi Langstrumpf, „die hat coole Sprüche, sagt was sie sich denkt“. „Vielleicht sollten wir manchmal das tun, was uns glücklich macht und nicht was vielleicht am Besten ist (aus Pippi Langstrumpf)“, ist ihr Lieblingsspruch. Mit ihren roten Haaren und ihrem gewinnenden, spitzbübischem Lächeln, ist sie ihr auch optisch gar nicht so unähnlich.

Wenn Gerti Zeit hat, ist sie gerne in der Natur unterwegs. Mit dem E-Bike, oder in Begleitung von Rocky, dem Hofhund, auf dem Rücken ihres Pferdes Askari, einem ungarischen Warmblut oder mit dem Heißluftballon, um die Landschaft von oben zu bestaunen. Ihr absolutes Lieblingsplatzerl ist die Burgruine Klingenbergr, hier genießt sie die Ruhe und den atemberaubenden Ausblick.

Quendel-Olivenöl-Seife

750 g Olivenöl, 250 g Kokosfett

330 g Quendelhydrolat oder -abkochung

136 g NaOH und je 10 ml ätherische Öle von Thymian, Orange und Zitrone

Aus NaOH und Hydrolat unter Berücksichtigung der Sicherheitsvorschriften die Lauge herstellen. Kokosöl erwärmen, Olivenöl zugießen und mit der überkühlten Lauge vermischen. Mit dem Stabmixer zum Andicken bringen und in Formen füllen. Die Seife gut isolieren. Wenn die Seife ausgekühlt ist und fest genug, wird sie aus den Formen herausgenommen. Mind. 6 Wochen trocknen und reifen lassen. Die Seife schäumt nicht großartig, ist aber mild und pflegend.

Hinweis: Es darf nur mit Handschuhen und Schutzbrille gearbeitet werden, da es bei der Herstellung der Lauge/Seife zu Verätzungen kommen kann. Es wird daher ein Seifensieder-Kurs empfohlen.

Spezialitäten aus dem Naturpark



Biohof Schmiedberger

Mitten im Naturpark, beim Naturdenkmal Schwammerling, liegt der Bio-Betrieb der Familie Schmiedberger. Seit 1994 wird hier ausschließlich nach biologischen Grundsätzen gearbeitet. Auf den Feldern wachsen verschiedenste Bio-Gemüse-Sorten und Ur-Dinkel, die Eier kommen von Bio-Hühnern und aus all diesen Schätzen, entstehen vielfältige Bio-Produkte wie zum Beispiel Dinkelnudeln, Dinkelreis, Säfte, Liköre und vieles mehr.

Die Produkte gibt's im eigenen Hofladen, im Kaufhaus Haunschmid in Rechberg und am Perger Wochenmarkt, weitere Verkaufsstellen und Öffnungszeiten auf www.biohof-schmiedberger.at

Renate und Andreas Schmiedberger
Winkel 3, 4324 Rechberg

Tel. 0650/86 01 057, a.schmiedberger@aon.at



Biohof Taschengruber

Elke Haas produziert neben verschiedensten Kräuterspezialitäten auch die Naturpark-Kräuter-Teelinie. Der sorgfältige, händische Umgang mit den Pflanzen garantiert eine hohe Qualität. Erhältlich im Kaufhaus Haunschmid in Rechberg, Sparmarkt in Bad Zell u. im Regionalshop Schwertberg.

Elke Haas, Aich 20, 4283 Bad Zell
Tel. 0660/76 79 888, elke-susanne.haas@zellernetz.at



Bio-Berghofladen/Selbstbedienungs-Kastl

Getreide-Produkte vom Ur-Dinkel, Ebners Rotkorn u. Schlägler Roggen, Dinkel-Aufstriche, Getränke, köstliche Quendelpunkte uvm. Freitags gibt es frisches Sauerteigbrot (Bauernbrot, Schwarzroggenbrot, fallweise auch anderes Brot u. Gebäck).

Hofladen geöffnet: Fr 13-17 Uhr (außer Feiertag),
SB-Kastl täglich geöffnet!

4283 Bad Zell, Erdleiten 2, Tel. 07263/6110
www.berghofladen.at • www.bioberghof.at



Dinkelhof Gruber

Regional ist genial - unter diesem Motto haben Gertraud und Eduard Gruber 2007 die Direktvermarktung begonnen. Auf ihrem Hof wird Dinkel angebaut, der zu Mehl, Reis, Grieß, Flocken, Teigwaren, sowie zu feinstem Brot und Gebäck weiterverarbeitet wird. Als „Gutes vom Bauernhof“-Betrieb, werden sie regelmäßig bei Prämierungen mit Gold und Silber ausgezeichnet.

Besonderer Tipp: Probieren Sie ihren edlen Quendel-Likör.

Erhältlich sind die Produkte im eigenen Hofladen, im Nah & Frisch-Markt in St. Thomas am Bl. und bei vielen weiteren Vertriebspartnern. Öffnungszeiten auf www.dinkelhof-gruber.at

Gertraud und Eduard Gruber
Thomasreit 8, 4364 St. Thomas am Bl.
Tel. 0681/20421752, info@dinkelhof-gruber.at



Naturpark Imker: Familie Mühllehner

Der Naturpark-Imker lebt direkt im idyllischen Naarntal und beschäftigt sich seit vielen Jahren mit Bienen und der Honigproduktion. Gerne gibt der leidenschaftliche Imker sein Wissen und seine Erfahrungen auch bei einem Besuch oder einer Führung weiter.

Neben dem köstlichen Blüten- und Waldhonig, aus dem Europaschutzgebiet Naarn, erhalten Sie auch Honig-Spezialitäten wie den **Quendel-Honig**, sehr zu empfehlen bei Husten, Schnupfen & Heiserkeit.

Produkte aus Bienenwachs finden sich ebenso im Sortiment wie Propolistropfen oder -creme und viele weitere Honigprodukte.

Marianne & Johann Mühllehner
Aich 61, 4283 Bad Zell
Tel. 0664/17 34 017, johann.muehllehner@gmx.at



Spezialitäten aus dem Naturpark



Milchhof Hochwimmer

Der Bio-Heumilchbetrieb der Familie Bauernfeind liegt mitten im Naturpark.

Frisches Gras von der Weide im Sommer und duftendes Heu im Winter. Damit werden die Bio-Heumilchkühe am Milchhof Hochwimmer verwöhnt. Die Milchprodukte, die aus dieser Milch entstehen, werden dann an Schulen und Kindergärten aus der Umgebung geliefert.



Eine Übersicht über die verschiedenen Bio-Heumilchprodukte finden Sie online auf

www.milchhof-hochwimmer.at

Anita & Josef Bauernfeind

Naarntalstraße 1, 4324 Rechberg

Tel. 0664/512 72 89, bauernfeind.josef@gmx.at



Naturpark Imker: Robert Thauerböck

Direkt am Stoakraftweg lebt und imkert unser neuer Naturpark-Imker. Die Bienen sammeln hier den köstlichen Nektar auf den blütenreichen Bio-Wiesen und das schmeckt man. Erhältlich sind Wald- u. Blütenhonig, Propolistropfen und Cremen.

Robert Thauerböck

Weingarten 3, 4324 Rechberg

Tel. 0664/751 331 96



Biohof Käferböck

Markenzeichen des Biohofes sind die Wildhendl. Die Tiere fühlen sich in der natürlichen Umgebung mit viel Auslauf rundum wohl.

Weitere Infos: **www.bio-genuss.at**

Theresia & Karl Käferböck

Kürnstein 7, 4324 Rechberg

Tel. 7264/20155, office@bio-genuss.at

Atelier Ceramiko

In der lebendigen Werkstatt von Nikola Jakadofsky findet man Keramiken der besonderen Art: zarte, farbige Einlegearbeit auf Gegenständen für den täglichen Gebrauch. Pflanzgefäße, Teller und Räucherschalen, Vasen, Sonnenuhren, Briefkästen und Haustürschilder werden individuell gestaltet und sind für drinnen und draußen (bei jeder Witterung) geeignet.

Besonders beliebt sind die Brotdosen mit Holzdeckel, in denen durch die natürliche Atmungs-fähigkeit des Tones ein ideales Klima für Brot und Gebäck entsteht.

www.ceramiko.at

Mag. art. Nikola Jakadofsky

Atelier: Puchberg 18, 4324 Rechberg

Direkt am Stoakraftweg, nahe Elefantenstein.

Tel. 0680/40 60 747, niko.j@gmx.at



Natur-Genuss-Pakete

Liebevoll hergerichtete Naturpark-Pakerl und Genusskörbe sind das ideale Geschenk für jeden Anlass. Gefüllt mit erlesenen Köstlichkeiten, Quendel-Produkten und regionalen Spezialitäten von bester Qualität, können Sie mit gutem Gewissen Gutes schenken. Denn die Produzenten im Naturpark achten besonders auf einen sorgsamen Umgang mit der Natur.

Erhältlich sind diese Genuss-Pakete direkt bei den Produzenten, im Bio-Berghof-Laden der Familie Hunger in Bad Zell, im Kaufhaus Haunschmid in Rechberg oder auf Anfrage auch im Naturparkbüro.

www.naturpark-muehlviertel.at

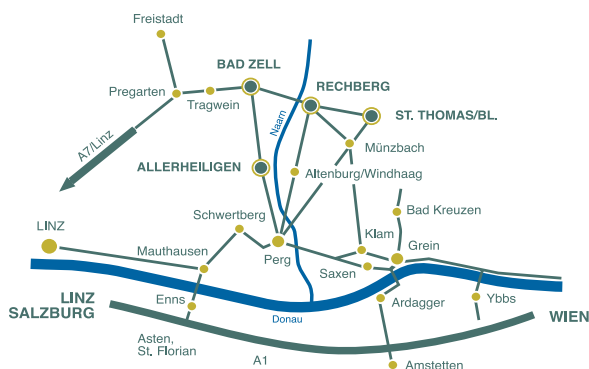
4324 Rechberg 9, Tel. 07264/4655-18

info@naturpark-muehlviertel.at





**Wo die Natur blüht,
blüht der Mensch auf!**



Kostenlos zum Down-
loaden: die Naturpark-
Mühlviertel-App



Allgemeine Information:

Naturpark Mühlviertel e.V.,

A-4324 Rechberg 9

Telefon: +43 (0) 7264/4655-18

info@naturpark-muehlviertel.at

www.naturpark-muehlviertel.at

IMPRESSUM: Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich
ist der Naturpark Mühlviertel.

Fotos: Josef Hinterleitner, Barbara Derntl, Eva Wahl, Michaela
Reiter, Sigrid Gröblacher, Maria Wittmann, Martina Eigner,
Josef Moritz und Naturpark-Partner.

2. Auflage, 2022.



Gedruckt nach der Richtlinie
„Druckerzeugnisse“ des
Österreichischen Umwelt-
zeichens, Druckerei Haider
Manuel e.U., UW 1157

