



© Spar (2)

Kräuterliebe

Die speziellen Mischungen tragen klingen-de Namen wie „Abendruhe“, „Bauchwohl“, „Vital in den Morgen“ und „Weg mit dem Stress“.

Spar setzt auf die Kraft der Kräuter

Spar und das Kloster Gut Aich bringen traditionelle Bio-Kräutermischungen für alle Lebenslagen.

SALZBURG. Seit 1.500 Jahren kultivieren Benediktinermönche Heilpflanzen – wie auch im 1993 gegründeten Europakloster Gut Aich in St. Gilgen. Das Wissen um Anbau, Verarbeitung und Mischung der Kräuter gehört zu dieser Kunst, ebenso die Anwendung. Der Tradition folgend, hat Pater Johannes Pausch besondere Rezepturen für die „Spar wie früher Bio-Küchenkräuter für die Seele“ entwickelt.

Die speziellen Mischungen der sechs Sorten tragen Namen wie „Abendruhe“, „Bauchwohl“, „Kinderlachen“, „Vital in den Morgen“ oder „Weg mit dem Stress“ sowie „Mut & Zuversicht“. Sie sind vielseitig einsetzbar: „Küchen- und Heilkräuter zählen seit ewigen Zeiten zu den kostbarsten Lebensmitteln und werden nicht nur wegen ihres Geschmacks, sondern auch wegen ihrer Wirkung, auf den Menschen sowie auf die Seele, verwendet“, erklärt Pater Pausch

den Namensursprung der sechs Kräutermischungen.

Die können übrigens auch bitter sein: Kräuter der Sorte „Bauchwohl“, wie Ysop oder Thymian enthalten Bitterstoffe. „Bitterkräuter können ein angenehmes Bauchgefühl vermitteln und dadurch unser seelisches Wohlbefinden stärken. Somit gilt nicht nur ‚sauer macht lustig‘, sondern auch ‚bitter macht fröhlich‘“, sagt dazu Pausch.

Entspannte Mischung

Andere Mischungen, wie jene aus Kräutern wie Lavendel, Melisse, Thymian, Bertram, Baldrian und Nachtkerze sollen als „Abendruhe“ zur Entspannung beitragen. „Jeden Abend sollen wir zur inneren Ruhe zurückkehren, damit uns ein erholsamer Schlaf geschenkt wird“, sagt dazu der Pater.

Zwar ist der Titel „Spar wie früher Bio-Küchenkräuter für die Seele“ traditionsverhaftet,

tatsächlich trifft aber hier die Kräuterheilkunde auf die Moderne. Kräuter und Gewächse haben neben einer schönen Gestalt eben auch einen äußerst feinen Geschmack.

So finden sich in der Bio-Kräutermischung „Kinderlachen“ beispielsweise Ringelblume, Rose, Gänseblümchen sowie Stief-

mütterchen. In ihrer Kombination eignen sich diese Kräuter perfekt zum Würzen von Nudelgerichten.

„Unter ‚Spar wie früher‘ vereinen wir herausragende Raritäten, die oft schon in Vergessenheit geraten wären, wenn es nicht so großartige Persönlichkeiten und Organisationen wie Pater Johannes Pausch, Erich Stekovics oder die Arche Noah gäbe. Mit unseren neuen Spar wie früher Bio-Küchenkräutern beweisen wir gemeinsam mit dem Europakloster Gut Aich und im Namen unserer Kundschaft großes Interesse für die Klostertradition und eine treffsichere Intuition für die Gegenwart“, freut sich Spar-Vorstandsvorsitzender Gerhard Drexel über die Zusammenarbeit mit dem Benediktinerkloster. (red)



Pater Johannes Pausch vom Europakloster Gut Aich in St. Gilgen.