

Natur pur für Ohren, Gaumen und Gehirn

SAANEN «Hikes&Herbs» startete mit einer ausverkauften Veranstaltung. Vor dem Regen gab es eine aufschlussreiche Blumenwanderung, während dem Regen eine Lesung, ein Konzert und ein aromatisches Znacht in der SAC-Hütte Grubenberg.

BLANCA BURRI

«Es muss nicht immer konventionell sein.» Das haben sich Sabine Reber und Ruedi Hählen von «Hikes&Herbs» wohl gedacht, als sie im vergangenen Sommer zusammen in den Bergen waren. Ob die Idee entstand, als sie oberhalb der Grubenberghütte auf dem Amelier ein Prachtsexemplar einer Steinadlerfeder fanden oder als sie auf dem Spitzhorn die Wolke von innen betrachteten, verriet sie nicht.

Natur, Kultur, Gastronomie

«Hikes&Herbs» bedeutet auf Deutsch nichts anderes als Kräuterwanderung, von denen in der Schweiz einige angeboten werden. Ob es eine zweite dieser Art gibt, wie sie Sabine Reber und Ruedi Hählen zelebrieren, ist aber zu bezweifeln, denn sie verbinden das Naturerlebnis mit literarischen Texten und einem Abendessen voller aromatischer Überraschungen. Das zeigte sich am ersten Anlass am vergangenen Samstag in der Grubenberghütte. Mit den Teilnehmenden wanderten Ruedi Hählen und Sabine Reber noch vor dem Regen auf die Husegg, wo es Geschichten zu den Pflanzen gab und wo gemeinsam Kräuter und Blumen fürs Abendessen gesammelt wurden.

Ruedi Hählen gab einen kleinen Einblick in die Entstehung der Gastlosen, der Dolomiten der Schweiz, die wegen eines Bruchs während der Alpenfaltung ihre markante Form erhalten haben.

Etwas für Kräuterliebhaber

In der Hütte stand bereits ein grosszügiges Aperitif mit einer Blüten-Bowle und spannenden Leckereien wie Hummus mit Sauerampfer, Peterli und Fenchelkraut oder Hummus mit Erbsenkraut und Bergminze bereit. Das Brennnesselpesto passte hervorragend zum Focaccia mit Berghymian und



Welche der 245 Kleearten ist das nun? Sabine Reber gibt Tipps und Tricks. Rechts neben ihr steht Ruedi Hählen.

FOTOS: BLANCA BURRI

Spitzwägerich. Die eingemachten Bärlauchknospen bildeten das i-Tüpfli.

Was von einigen als Unkraut angesehen wird, kann den Gaumen erfreuen. «Die Vorstellung davon, was essbar ist und was nicht, wandelt sich im Laufe der Jahre», sagte Sabine Reber dazu. Kulinarisch sind die Pflanzen also der Mode ausgesetzt. Und in der Botanik passt sich Zuordnung jeweils an den aktuellen Wissensstand an.

Sabine Reber gab nicht nur botanisch Wissenswertes weiter, sondern las auch Texte, die in ihrem nächsten Buch erscheinen werden. Zum Beispiel darüber, wie sie die Bergwelt ganz anders wahrnimmt, wenn sie im Nebel auf einen Gipfel klettert. «Die Blumen strahlen dann anders und die Höhenangst war weg.» Eine Geschichte begab sich zu Beginn der Corona-Zeit, als alle hypersensibel auf Nähe reagierten. Das

war der Natur egal: Ein Fuchsschwanz – ein Schmetterling wohlverstanden – landete auf einer Frühlingsskitour auf ihrem Schuh.

Die kulinarische Alpenkräuterreise ging beim Abendessen weiter. Eine wohlriechende Suppe aus Sauerampfer, Gutem Heinrich und Brennnesseln sowie Gnocchi mit wildem Thymian waren nur zwei der vier Wildpflanzengänge.

Giftig oder nicht?

«90 Prozent aller Pflanzen sind essbar», versicherte Sabine Reber. Besonders schmackhaft sind Sauerampfer, Bergminze oder die so genannten «Heimele», der wilde Spinat. «Ich staune manchmal, wenn Landwirte im Sommer gefrorenen Spinat einkaufen, obwohl neben ihrer Vorsass wilder Spinat wächst», schmunzelte die Gartenexper-

tin, die bereits sieben Gartenbücher herausgegeben hat. Ob eine Pflanze für die Küche taugte, merke man, wenn man sie probiere. «Der wilde Spinat schmeckt ähnlich wie der Spinat aus dem Garten oder aus dem Laden.» Aber natürlich gelte es aufzupassen und nichts Giftiges zu essen, wie zum Beispiel das Meierisli, Hahnenfuss- oder Ranunkelarten. «Das, was die Kühe stehen lassen, ist auch für uns ungesund», riet sie.

«Das, was die Kühe stehen lassen, ist auch für uns ungesund.»

Sabine Reber
Gartenexpertin

Jodeln, aber etwas anders

«Vergüget – verjuchzed – verzapft» steht auf der Website von Christine Lauterburg, ihres Zeichens Jodelerin und Verwandte des ehemaligen Pfarrers Lauterburg in Saanen, der älteren Generationen ein Begriff ist. Die 64-Jährige hat schon früh ihren eigenen Weg gewählt, Lieder abgeändert oder sie wild und ungezähmt mit Langnauerli, Viola oder Violine zum Besten gegeben. Ob traditionell oder skurril, Musik verbindet. Am vergangenen Samstagabend sang Lauterburg erst alleine, dann spontan mit Gästen, die des Jodelns mächtig sind und schliesslich mit der ganzen Gästeschar. Für Wiederholungstäter und solche, die es werden möchten, gibt es Anfang August eine zweite Ausgabe von «Hikes&Herbs» im «La Vache bleue» in Saanen.
www.hikesandherbs.ch



Wanderleiter Ruedi Hählen und Gartenexpertin Sabine Reber begrüßen freudig die Gästeschar. Der erste «Hikes&Herbs»-Anlass war bis auf den letzten Platz ausgebucht.



Achtung bei den Apps. «Sie können uns irreführen!», sagt Sabine Reber. Nur wer etwas von Pflanzen verstehe, könne beurteilen, ob die angezeigte Pflanze stimme.



Christine Lauterburgs Lachen ist unverkennlich, ihre wunderbare Jodelstimme auch.

Saaner Chronik – vor 10 Jahren

CHRONIK Zusammengestellt aus dem «Anzeiger von Saanen» 2010 von Elisabeth Müller.

Folge 5 / September

25. Nach 41 Dienstjahren bei der Post Schönried tritt Samuel Ziörjen seinen Ruhestand an.

– Zu Monatsbeginn prachtvolles Wanderwetter; gegen den Herbstanfang kühler, veränderlich, Schnee auf den Bergspitzen.

Oktober

1. Rösselertag und Fohlenschau der

Pferdezuchtgenossenschaft Saanen-Obersimmental.

– Kleine Buchvernissage «Wetterkapriolen in früheren Jahrhunderten». Theodor Romang stellt sein neuestes Werk im Hotel Arc-en-ciel vor.

– «Experiment Nichtrauchen» mit der 7. bis 9. Klasse der Schule Gsteig-Feuteroey. Die Schüler verpflichten sich, ein halbes Jahr nicht zu rauchen.

– Stabile Logiernächte und eine konstante Anzahl von Feriengästen, jedoch mit anderen Interessen und Herkunftsländern – so die Bilanz der hiesigen Sommersaison.

23. Dieses Jahr etwas ungewöhnlich – an der Topschau der 17 Viehgenossenschaften präsentieren sich die schönsten Kühe im Garten des Hotels Park, anlässlich des 100-jährigen Bestehens des Grandhotels.

23. Zusammen mit ihren Schauspielkolleginnen Trudi Roth und Sylvia Lydi spielt Radiolegende Elisabeth Schnell in der Komödie «Huisfründe» von Lewis Easterman im Landhaus Saanen.

30. Jubiläumskonzert des Chörli «Heimatglüt» Grund, 25 Jahre unter der Leitung von Martin Stähli.

– Was seit 2006 in der EU gilt, wird ab

Juli 2011 auch in der Schweiz rechtskräftig: Küchenabfälle und Speisereste dürfen nicht mehr verfüttert werden.

– Drei der sieben Gewinner des Berner Literaturpreises – Arno Camenisch, Marco Schibig und Guy Krneta – präsentieren ihre prämierten Werke im Museum der Landschaft Saanen.

– Im Rahmen einer sechsmonatigen Versuchsphase wird der Rettungsstützpunkt für die Regionen Saanenland-Obersimmental nach Saanenmöser verlegt.

– Die Kirchgemeindeversammlung Gsteig genehmigt Fr. 150'000.– für die

Installation der Fernheizung für das Pfarrhaus und die Kirche.

30. Das Gletschergebiet Glacier 3000 eröffnet seine Wintersaison als erste Destination im Berner Oberland und in den Waadtländer Alpen.

– Die Familie Mösching lädt zum 40-Jahr-Jubiläum des Hotel-Restaurants Alphorn ein.

– Zu Monatsbeginn und am Ende des Monats bringt uns der Weinmonat goldene Herbst- und Wandertage, jedoch um die Mitte beschert uns eine Kaltfront kurzfristig Schnee bis ins Tal.

FORTSETZUNG FOLGT