

REZEPT DER WOCHE  
WWW.REGIONALE-REZEPTE.AT

# Kräutersirup mit Holunderblüten



**Zutaten:**  
1 l Wasser, 1 kg Zucker, 2 Stk. Zitronen unbehandelt, 30 g Zitronensäure, frische Kräuter nach Belieben

**Zubereitung:**  
Wasser mit Zucker aufkochen und erkalten lassen. Die Zitronen waschen und in Scheiben schneiden. Nun die Zitronensäure, die Zitronenscheiben und die Duftkräuter

(zum Beispiel: Holunderblüten, Wiesenlabkraut, Waldmeister, Mädesüß, Wiesensalbei, Veilchen, Lindenblüten oder Fichtenspitzen) in die überkühlte Zuckerlösung geben. Gut umrühren und den Sirupansatz zugedeckt zwei Tage lang an einem kühlen Ort ziehen lassen. Dabei zwischendurch öfter umrühren. Abseihen, in saubere Flaschen füllen und verschließen.

**Mitmachen und einsenden**  
Jede Woche wird eine Koch- oder Backidee veröffentlicht – Einsendungen per E-Mail an: post@bauernzeitung.at oder per Post an: BauernZeitung, Harrachstraße 12, 4010 Linz

TIPP DER WOCHE

GERHARD OBERNDORFER, TISCHLERMEISTER IM ABZ LAMBACH

## Arbeitsgänge an der Dickenhobelmaschine

Tischlermeister Gerhard Oberndorfer vom Agrarbildungszentrum Lambach gibt hilfreiche Praxistipps zum Arbeiten mit der Dickenhobelmaschine.  
■ Hobeln schmaler Werkstücke (Bild 1): Bei starren Einzugswalzen und Druckbalken sollten, damit eine einwandfreie Oberfläche erreicht wird, maximal zwei Werkstücke gleichzeitig bearbeitet werden. Werkstücke mit einem möglichst großem Abstand einschleiben.

■ Hobeln mit mitlaufender Schablone (Bild 2): Sollen Werkstücke, wie zum Beispiel Tischfüße, konisch gehobelt werden, wird eine entsprechende Schablone angefertigt. Die Werkstücke werden gemeinsam mit der Schablone (Anschlag vorne) durch die Maschine gelassen.  
■ Hobeln mit feststehender Schablone (Bild 3): Die Werkstücke auf die Schablone legen, die an der Tischkante fixiert ist und nicht mitlaufen kann.



Hobeln schmaler Werkstücke



Hobeln mit mitlaufender Schablone



Hobeln mit feststehender Schablone

# Ein Hollerstrauch sorgt für doppelte Freude

Es ist der Duft des Frühlommers, den die Holunderblüten jetzt noch intensiv verströmen. Der Strauch zählt zu den ältesten Heilpflanzen und erfreut auch im Herbst noch einmal mit seinen Beeren.

GABI CACHA

Weltweit betrachtet gibt es etwa 20 Arten und unzählige Sorten von Holunder. Eine der bekanntesten und auch häufigsten in Mitteleuropa ist der Schwarze Holunder, der hierzulande einfach als „Holler“ bezeichnet wird. Wer vom „Fliederbeerbusch“ oder auch vom „Holder“ spricht, meint dasselbe – und kommt wahrscheinlich aus Norddeutschland oder der Schweiz.

### Vielseitiger Einsatz von Blüten – und später auch Beeren

Wer die intensiv duftenden Blüten pflücken und verarbeiten will, tut das am besten zur Mittagszeit und bei Sonnenschein, dann gibt es auch das meiste Aroma. Daraus zubereiten lassen sich etwa gebackene Hollerblüten, Hollersaft oder Hollergelee. Man kann die Blüten aber auch nur trocknen und für einen Erkältungstees im Winter aufheben, da diesem eine leicht fie-



Der Gang zum Hollerbusch lohnt sich schon allein wegen des intensiven Duftes.

bersenkende und schweißtreibende Wirkung nachgesagt wird. Dabei stets ein sauberes Tuch unterlegen, um den wertvollen Blütenstaub nicht zu verlieren. Zu Salben verarbeitet werden die Holunderblüten – auch Dolden genannt – zur Wohltat bei rauer Haut, Insektenstichen oder kleinen Schürfwunden.

Im Herbst sind es dann die dunklen Beeren, die ebenso vielseitig zu nützen sind. Aber Achtung: Obwohl sie appetitlich aussehen, dürfen sie nicht roh verzehrt werden, sonst lösen sie aufgrund ihrer leicht giftigen Wirkung Übelkeit und Erbrechen aus. Erst nachdem sie auf mehr als 80 Grad Celsius erhitzt worden sind, kann man sich kulinarisch an ihnen erfreuen und

wiederum Saft, Gelee, Marmelade oder auch Likör daraus herstellen. Der schwarzviolette Saft der Beeren ist allerdings sehr hartnäckig – die Lebensmittelindustrie hat ihn daher auch längst als Farbstoff entdeckt.

Vom botanischen Aspekt her ist der Hollerbusch relativ anspruchslos. Häufig zu finden ist der Strauch in der Nähe von Bauernhäusern und Bauerngärten. Einst sprach man ihm sogar zu, dass er vor bösen Geistern und Blitzeinschlägen zu schützen vermag, weshalb er häufig an einer Ecke eines Hauses oder Scheune gesetzt wurde. Nicht umsonst hieß es früher auch, dass man den Hut ziehen soll, wenn man an einer Hollerstaude vorbeikommt.

KURZ NOTIERT

## Vorstellung des Bodenkoffers

Selbst eine Bodenbeurteilung durchführen und das ohne teures Untersuchungsmaterial und mit überschaubarem Zeitaufwand – dies wurde den Teilnehmern der Erwachsenenbildung der LWBFs Waizkirchen im Rahmen der Vorstellung des Bodenkoffers vorgezeigt.

Elisabeth Murauer von der Boden.Wasser.Schutz. Beratung präsentierte das LEADER-Projekt, wo in einem handlichen Koffer alle Instrumente und Hilfestellungen für zehn verschiedene physikalische, chemische und biologische Analysen zusammengefasst sind.



Teilnehmer der Erwachsenenbildung mit Elisabeth Murauer

## RV OÖ: Zwei neue Direktoren

Der Raiffeisenverband Oberösterreich verleiht an Geschäftsleiter von erfolgreich geführten Raiffeisenbanken als Auszeichnung für überdurchschnittliche Leistungen den Titel „Direktor“. Bei der Feier im Bildungshaus Sankt Magdalena wurde Heinz

Jell und Ferdinand Reichinger dieser Titel verliehen. Heinz Jell ist 1. Geschäftsleiter der Raiffeisenbank Region Schwannstadt. Ferdinand Reichinger von der Raiffeisenbank Aspach-Wildenaun ist seit rund zwei Jahren 1. Geschäftsleiter.



V.l.: Verbandsdirektor Norman Eichinger mit den neuen Direktoren Heinz Jell und Ferdinand Reichinger

## Schwerste Schäden in OÖ

Schwerste Schäden in der Landwirtschaft brachten die Unwetter in der Nacht auf Dienstag. Oberösterreich war von den Starkniederschlägen und bis zu tennisballgroßen Hagelschlossen am stärksten betroffen, insbesondere die Bezirke Ried, Braunau und Schärding.

Erste Erhebungen durch Sachverständige der Österreichischen Hagelversicherung ergaben hierzulande eine Schadensfläche von 16.000 Hektar. Vom österreichweiten Gesamtschaden in der Höhe von 7,5 Millionen Euro entfallen auf Oberösterreich sechs Millionen.



Nach dem Unwetter: Ein Zuckerrübenfeld im Bezirk Braunau

## ÖAAB-Sandkasten-Füllaktion

In mehr als 330 Gemeinden Oberösterreichs hat der ÖAAB in diesem Jahr wieder die Sandkisten von Familien gefüllt und damit für lachende Kinder Augen gesorgt. Die Arbeit wurde von hunderten fleißigen Helfern kostenlos erbracht. „Wir freuen uns, dass wir mit der Aktion

15.000 Familien eine Freude bereiten können“, so ÖAAB-Landesobfrau Christine Haberlander. Zusätzlich erhielten teilnehmende Eltern den aktuellen ÖAAB-Familienratgeber mit Fördertipps und wichtigen rechtlichen Grundlagen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf.



Wolfgang Brandstätter und Christine Haberlander packten bei der ÖAAB-Sandkistenaktion kräftig mit an.