

9 190001 015736 0 1
EUR 6,90, CHF 7,90

Gratis-Exemplar
zum Mitnehmen



RELAX

Das Jahres-Magazin für Körper und Geist

REISE
Abenteuer
Arktis

SPA-URLAUB
Top-Hotels für
jeden Geschmack

KLIMA & ENERGIE
Was man uns
verschweigt





GESUND UND EINFACH LIEBLICH

Einen eigenen Gemüse- und Kräutergarten haben bereits zahlreiche Wellnesshotels. Doch wohl nirgendwo sonst ist er mit derartigem Wissen angelegt, und nirgendwo bietet man eine solche Vielfalt wie hier. Heilkunde-Workshops, Tees und Spa-Tinkturen inklusive.

Garteln ist wie Yoga – nur mit erdigen Händen.“ Susanne Erhart muss es wissen – als Heilpflanzenexpertin und auch Yogalehrerin kennt sie beides. Eine solche Spielart von Yoga gibt es neuerdings im Kranzbach: Der frisch angelegte Kräutergarten lädt die Gäste des bayerischen Spitzenhotels ein, die Hände erdig und den Kopf frei zu machen. Von Susanne Erhart konzipiert und weiterhin begleitet, war der Garten nun den ersten Sommer in Betrieb. Und er lehrt Mitarbeiter wie auch Gäste Geduld, zeigt, dass so manches im Leben einfach Zeit braucht: Nicht alles wächst so schnell, wie man es gern hätte – noch dazu auf einer Seehöhe von 1.030 m, die den Kräuterbeeten auch Anfang Mai noch Schnee bescheren kann. Die Pflanzen gehen ihr eigenes Tempo, leben ihren eigenen Rhythmus. Manche Heilkräuter brauchen länger als ein Jahr, um überhaupt einmal richtig sichtbar zu werden, andere sind schneller erblüht; der Garten bleibt somit in Bewegung, präsentiert sich immer wieder mit einem anderen Gesicht.

Angelegt wurde er auf dem Dach der Tiefgarage, das Erdreich ist sehr flach. Planerin Susanne Erhart – sie führt in Tirol auch einen eigenen Schaugarten – hatte es also mit herausfordernden Bedingungen zu tun. An manchen Stellen misst die Erdschicht gerade einmal zwei Zentimeter. Klingt nach der Grenze des Machbaren, für einige alte Sorten von Zichorien-salaten reicht aber selbst das. Exakt 151 verschiedene essbare Pflanzen wuchsen hier im ersten Jahr. Darunter so charakteristisch blühende wie die Kornblume mit ihrem fast unwirklichen Blau, die gelbe Strohlume oder das weißpelzige Edelweiß, dazu kommen zahlreiche Kräuter wie Pimpinelle und Shiso. Und auch angebliches Unkraut wird nicht ausgegrenzt: Brennnesseln haben ebenso ihr Plätzchen wie Giersch, der nicht nur viele wohltuende Inhaltsstoffe mitbringt, sondern auch ein würziges, der Petersilie nicht unähnliches Aroma. Ein besonderes Faible hat man hier für Bitterpflan-



zen wie Wermut, die sich zu verdauungsfördernden Pulvern verarbeiten lassen. Vieles wurde speziell für die Küche des Kranzbach gesetzt: so manche dekorative Kohlsorte etwa oder Lakritzgetes. „Manche Gäste, die im Restaurant Lakritzgetes kennengelernt haben, kommen am nächsten Tag dann

*Der Garten lädt ein, die Hände erdig
und den Kopf frei zu machen.*

zu mir mit der Frage: Wie wächst denn das?“, erzählt Susanne Erhart. „So verschränkt sich alles.“ Rosenblüten von 200 Büschen am Rand des Hochbeets kommen im Spa zum Einsatz und, gemeinsam mit vielen anderen Blüten und Kräutern, auch am Teebuffet. Selbst Pilze hat Erhart unter ihre Fittiche genommen: Auf Kaffeesatz gedeihen nun Austernseitlinge – „Kaffeesatz fällt in einem Hotel ja wirklich genug an, und so nützen wir gleich einen Teil des Biomülls“.

Das Projekt Kräutergarten, das übrigens noch weiter ausgebaut werden soll, fügt sich nahtlos in die Identität des Kranzbach. Waldbaden ist in diesem Hotel, das vom RELAX Guide mit vier Lilien und 20 von 20 Punkten bewertet wurde, schon länger ein Thema, ebenso Freiluft-Yoga, mitten im Wald auf einer Lärchenholzplattform praktiziert. Das Haus, aus einem historischen „Arts and Crafts“-Gebäude einer exzentrischen englischen Lady gewachsen, liegt inmitten schier unendlicher Wälder in absoluter Stille, umgeben von hellgrünen Buckelwiesen. Die Natur holt man überall ins Haus, sei es mit Panoramafenstern im Restaurant oder im mehr als weitläufigen Spa, sei es im Yogaraum im Obergeschoß, in dem man sich über sanft wogenden Tannen zu schweben wähnt. Für besonders Wildnisliebende gibt es hundert Meter vom Hotel entfernt gar ein eigenes Baumhaus aus Vollholz, in dem man selbst in der Badewanne die Baumwipfel vor Augen hat. Die Gäste des Kranzbach sind überdurchschnittlich naturverbunden und ruhesuchend, reisen schon mit dem Wunsch nach Begegnungen mit der heimischen Pflanzenwelt an. Die Führungen durch den neuen Kräutergarten, die Susanne Erhart in der warmen Jahreszeit mehrmals pro Woche anbietet, sowie die Workshops stoßen also auf große Resonanz. Und als Erinnerungsstück gibt es Saatgutbälle. Um auch andere Orte zum Sprießen und Erblühen zu bringen. ■

Mehr: Das Kranzbach, Fon +49-8823-928000, www.daskranzbach.de und www.relax-guide.com

Fotos: Das Kranzbach/Anneliese Kompatscher



Die Yogalehrerin als Kräuterfee: Ihr Reich – der neue Kranzbach-Kräutergarten – beginnt gleich vor der Restaurantterrasse.



Wirkt fein aufs Gemüt: Exakt 151 Pflanzen wachsen im Kranzbach, und es werden noch viel mehr. Auch Blüten kommen auf den Teller.



Mit Liebe selbstgemacht: Blüten-salze – hier von der Katzenminze – ebenso wie etwa verdauungsfördernde Pulver (oben). Kräuter für wohltuende Essenzen und Öle, die im Spa zum Einsatz kommen (re).



Für unverfälschte Aromen aus der Küche: die reine Kraft der Natur.

