

ken anregend auf den Kreislauf und fördern das Schwitzen. Fermentgemüse und fermentierte Wildpflanzen helfen bei der Entgiftung des Körpers mit.

Wird Sauer im Übermaß konsumiert, verursacht es Durst, steigert die Empfindlichkeit der Zähne, das Blinken der Augen und Gänsehaut. Bei geschwächten oder verletzten Personen können durch zu hohen Sauerpeisenkonsum Ödeme auftreten. Durch die erhitzenden Eigenschaften fördert das Sauer die Reifung und Eiterung von entzündeten Stellen, Wunden, Verbrennungen und anderen Verletzungen. Es verursacht eine Empfindung von Brennen im Mund, Hals, in der Brust und am Herzen.

### Sauerkraut roh oder gekocht

In den Wintermonaten kam rohes Sauerkraut unterschiedlich verfeinert täglich als Vorspeisesalat auf den Tisch. Da-

zugemischt wurden geriebener Apfel, Zwiebel, Nüsse und etwas Öl. Gekocht diente es als Suppe, eigene Hauptspeise oder Zuspense zu Knödel, Kartoffeln oder Fleisch. Es wurde in etwa mit zerkleinerten Erdäpfeln und in Fett gerösteten Zwiebeln oder Knoblauch gekocht. Bevor die Erdäpfel bei uns Einzug nahmen, mischte man Sauerkraut früher mit gekochter Rollgerste. Vielfach wurde das Sauerkraut mit Schweinefett abgeschmälzt und durch die Beigabe einer Einbrenn, Gemüse, Speck, Grammeln, Speckschwarten, Knochen etc. geschmacklich verfeinert.

### Der beste Rat ist der Vorrat

Das Sauergemüse dient seit vielen Jahrhunderten der bauerlichen Ernährung, ja war sogar eines der wirklich wichtigen Grundnahrungsmittel – roh wie gekocht, im Winter wie auch in den Übergangsmona-



ten zum Sommer. Ohne Krautvorräte gab es in den Höhenlagen und rauen Gegenden kein Überleben. Mit natürlich konserviertem Sauerkraut, Sauergemüse oder Wildpflanzenfermenten wird die Gesundheit über das Jahr aber vor allem über den Winter sichergestellt, in Zeiten in denen man besonders auf Erkältungen, Grippe und Infekte anfällig war. Unter den umsichtigen Bauern gilt immer noch: „Der beste Rat ist der eigene Vorrat“.



Für weiterführende Informationen empfiehlt sich das Buch: „Fermentieren von Wildpflanzen!“, erschienen im Böhlauscher Verlag (ISBN 978-3-205-23157-8, 502 Seiten, € 42.-), erhältlich im guten Buchhandel.

## ORTSVEREINE

*In diesen außergewöhnlichen Zeiten sind die Aktivitäten zum Teil völlig eingestellt, teilweise sind aber gerade die Serviceleistungen der einzelnen Ortsvereine in den Zeiten der aktiven Gartenarbeit sehr gefragt. Geräte, Fachberatungen und Bereitstellung von Hilfsmaterialien dienen vielen Gartlern zu erfolgreicher Gartenarbeit. Das starke Fehlen aller gemeinschaftlichen Tätigkeiten geht vielen Mitgliedern ab und zeigt, dass gemeinsame Lehrfahrten, Fachvorträge und einfach das Zusammenkommen und sich Austauschen einen hohen Stellenwert in der Vereinsarbeit genießen. Um Ideenfindungen und aktive Mitarbeit zu fördern, sind diesmal die Kontaktdaten der Vereinsobleute angeführt, um ein aktives Einbringen in die Vereinstätigkeit zu fördern.*

*Bis auf weiteres sind keine Termine definitiv fix, in Abhängigkeit weiterer Verordnungen ist die Durchführung fraglich und bei Ihrem Verein abzufragen.*

### Obst- und Weinbauverein Thermenregion Bad Waltersdorf

Obmann: Franz Kainer, Tel.: 0680 2042673, franz.kainer@bev.gv.at  
Geschäftsführer Christoph Pichler, Tel.: 0664 44000209, christoph.pichler@magna.com

### Obst- und Gartenbauverein Bezirk Voitsberg

Obmann: Josef Gallaun, Tel.: 0664 73114734, obst@gallaun.at, www.obstgv.at

### Obst-, Wein-, Garten- und Kulturverein Eggersdorf

Obmann Erich Bekerle, OWGK\_eggersdorfumgebung@gmx.at  
Schriftführerin: Erika Wrtilek, Tel.: 0676 3408791

### Obst- und Weinbauverein Fehring

Obmann: Josef Fabisch, Tel: 03155/2458

### Obst- und Weinbauverein Feldbach

Obmann: Franz Uller, 0664 4350555, franz@uller.at, www.vulkanland.at/vereine/obst-und-gartenbau

**Obst- und Gartenbauverein Deutschfeistritz-Peggau**

Obmann: Franz Glettler, Tel.: 0699 81467517,  
glettler.franz@aon.at, www.obstbau.istsuper.com

Geschäftsführer: Harald Skamletz, 0664 5130046,  
harald.skamletz@aon.at

**Frostberegnung**

Nicht nur die Erwerbsobstbauern fürchteten durch die Frostnächte um ihre Ernte. Auch im privaten Bereich wurden Maßnahmen gegen den Frost gesetzt. So haben Glettler Franz und ich uns entschlossen, mittels Frostkerzen und Öfen die Blüten unserer Bäume zu schützen. Ob es von Nutzen war, werden wir erst später sehen. Zumindest hatten wir in diesen Isolationszeiten ein wenig Beschäftigung und Ablenkung.

**Bleib daheim, tu' etwas für uns und die Umwelt!**

Eine meiner Meinung nach sehr gute Idee zur Wiederverwertung hatte unser Obmann Franz Glettler. Anstatt einen nicht mehr verwendeten 1000 Liter Behälter im ASZ zu entsorgen, hat er daraus zwei „Hochbeete“ gemacht. In Zeiten der eingeschränkten Bewegungsfreiheit keimen so manche kreative Ideen. Nun will er damit auf unserem Lagerplatz einen Kürbisanbau starten. Wer weiß, vielleicht pressen wir in Zukunft nicht nur Äpfel?!

**Vermehrte Freizeit und Homegardening?**

Nutzt unsere Leihgeräte wie Häcksler oder Vertikutierer. Die perfekte Möglichkeit, sich zuhause zu beschäftigen. Nach Tel. Rücksprache (0699/81467517) bei unserem Lager abholbar.

Bis auf weiteres sind alle Singtermine abgesagt. Der Ausflug am 06.06.2020 wurde ebenfalls abgesagt.

*Harald Skamletz, Geschäftsführer*

**Obst- und Gartenbauverein Frohnleiten u. Umgebung**

Obmann: Wolfgang Weingerl, Tel.: 0664 8678664,  
weingerlwolfgang@a1.net

Auch wenn der öffentliche Raum mitunter sehr ausgestorben wirkt, wird in den Gärten fleissig gearbeitet – ganz im Sinne der Gesundheit und Selbstversorgung mit Obst, Gemüse und Blumen. Da passt es gut, dass unser Ortsverein Gerätschaften wie Häcksler, Kompostsieb, Vertikutierer und Materialien für Obst- und Gartenbau anbieten kann und so unterstützen kann, dass sich Gartenbesitzer in optimal bewirtschafteten Gärten wohl fühlen können.

**Obst- und Gartenbauverein Graz-Gösting**

Obmann: Gerhard Czelecz, Tel.: 0664 80117 60 288,  
gerhard.czelecz@siemens.com

**Liebe Mitglieder und Reisefreunde unseres Ortsvereins!**

Da auf Grund der Coronakrise sämtlich Vereinstreffen und Reisen von Seiten der Regierung untersagt sind, haben wir uns entschlossen, sobald sich die Lage normalisiert, vielleicht im Oktober eine gemütliche Abschlussfahrt für dieses Jahr zu organisieren. Unsere beliebte Gymnastik im Sitzen ohne Schwitzen sowie die Vorträge werden falls erlaubt ab September wieder stattfinden.

Hoffentlich übersteht ihr diese Einschränkungen gesund und ohne Schaden. Wir wünschen allen Gesundheit und rufen auf, alle Kräfte und Ideen für die Zukunft zu sammeln.

*Obmann Gerhard Czelecz mit dem gesamten Vorstand*

**Obst- und Weinbauverein Graz-Straßgang**

Obmann: Ing. Josef Gahr, Tel.: 0664 8550793

**Obst-, Wein- und Gartenbauverein Graz-Waltendorf/St. Peter**

Obmann: Franz Waltensdorfer, Tel.: 0676 87426829,  
c.waltensdorfer@live.at

**Obst-, Wein- und Gartenbauverein Graz-Wetzelsdorf/Eggenberg**

Obfrau: Maria Labugger-Strauß, Tel.: 0664 1830067,  
maria.super67@gmx.at

**Obst-, Wein- und Gartenbauverein Großwilfersdorf**

Obmann Johann Maurer, Tel.: 0664 4854789,  
roswitha.maurer@a1.net

Schriftführerin: Irmgard Wünschler-Dringel, Tel.: 0676 8742829,  
irmgard\_wuenscher@gmx.at

**Obst-, Wein- und Gartenbauverein Heiligenkreuz/W.**

Obmann: Helmut Hengsberger, Tel.: 0664 8410353,  
hengsberger.b@live.at

**Obst- und Weinbauverein Kaindorf**

Obmann: Herbert Mayerhofer, 0664 1420616,  
obsthof.mayerhofer@a1.net

**Obst- und Gartenbauverein Kumberg**

Obmann: Johann Rosenberger, Tel.: 0676/4734495,  
obstbau.rosenberger@gmx.at

Schriftführer: Petrus Mautner, Tel.: 0664 6325510,  
petrus.mautner@aon.at

**Obst-, Wein- und Gartenbauverein St. Bartholomä**

Obfrau: Elisabeth Birnstingl, Tel.: 0664/3151071,  
elisabeth.birnstingl@gmx.at

**Obst- und Weinbauverein Pischelsdorf**

Obmann: Andreas Sailer, Tel.: 0664/1625679,  
andreassailer@gmx.net

Schriftführer: Konrad Reisinger, Tel.: 0664 73577229,  
reisinger.konrad@aon.at

**Obst- und Weinbauverein St. Ruprecht/Raab**

Obmann: Franz Loder-Taucher, Tel.: 0664/3071777,  
franz@gansrieglhof.at

**Obst- und Weinbauverein Schwanberg**

Obmann: Werner Kolleritsch, Tel.: 0676 3735467,  
office@eckfastl.at

**Obst-, Wein- und Gartenbauverein Straden**

Obmann: Karl Lenz, Tel.: 0664/3550239, lenzkarl@gmail.com

- ! Samstag, 13. Juni, 8 bis 13 Uhr  
Garten des Hauses der Vulkane, Stainz bei Straden Sensen-  
mähkurs mit Franz Lex, Anmeldung erforderlich  
(Karl Lenz: 0664/35 50 239 oder lenzkarl@gmail.com)

**Obst-, Wein- und Gartenbauverein Übelbach**

Obfrau: Luise Ziessler, Tel.: 0664/2480107, luise.ziessler@a1.net

**Fachverein steirische ObstbaumwärterInnen**

Obmann: Andreas Zechner, 0676 5907880,  
office@obstbaumwart, www.obstbaumwart.at

Einer der Obstbaumwarte der ersten Stunde ist nicht mehr. Nach kurzer, schwerer Krankheit verstarb Franz Hegenbarth am 13. April viel zu früh. Seine Herzlichkeit und Begeisterung für Belange der Obstbaumwarte bleiben uns in lieber Erinnerung. Unsere Anteilnahme gilt seiner Frau Eva und seiner Familie.

Wolfgang Weingerl

**Obst-, Wein- und Gartenbauverein Wundschuh**

Obmann: Thomas Baier, Tel.: 0680/4050529,  
thomas@baiers-hofladen.at

**Winterschnittkurs**

Am Samstag, dem 7. März 2020, fand der diesjährige Winterschnittkurs bei Familie Bernhard Zury und Andrea Gödl am Bachweg in Kasten/Wundschuh statt. Zum damaligen Zeitpunkt war wohl noch niemandem bewusst, dass diese Veranstaltung aufgrund der aktuellen Ereignisse die letzte – nicht nur für unseren Verein – für viele Wochen sein wird.

Erfreulicher Weise konnten bei unserem Winterschnittkurs – bei eher kühlem Wetter – 17 Teilnehmer begrüßt werden. Wiederum in bewährter Art und Weise wurde der Schnittkurs von Herbert Hubmann – von der Baumschule Hubmann aus Mellach – geleitet. Nach der Begrüßung durch Obmann Thomas Baier und dem Schnittkursleiter wurde dem Kursteilnehmern praxisnah der optimale Winterschnitt gezeigt. Zum Abschluss gab es auch einen Ausklang der Veranstal-

tung in Form eines gemütlichen Zusammenseins inkl. Fachaustausch.

Wie bereits angeführt, musste infolge der Coronakrise die ebenfalls für März angesetzte Jahreshauptversammlung abgesagt werden. Leider muss auch der für 23. Mai geplante Tagesausflug – welcher unter dem Motto „Genussregion Weststeiermark – auf den Spuren von Erzherzog Johann, dem Höllerhansl usw.“ stehen sollte – auf unbestimmte Zeit verschoben werden. Wir freuen uns schon jetzt – wenn's wieder möglich ist – auf schöne gemeinsame Stunden bei unseren diversen Veranstaltungen.

Wir möchten in diesen sehr bewegten Zeiten allen unseren Mitgliedern, Freunden sowie allen Lesern nicht nur ein erfolgreiches Obst- und Gartenjahr, sondern vor allem auch beste Gesundheit wünschen.



LANDES-OBST-, WEIN- UND GARTENBAUVEREIN FÜR STEIERMARK  
8010 Graz, Hamerlinggasse 3, Tel. 0316/8050-1630, Fax 0316/8050-1620  
E-mail: office@obstweingarten.at

**A B O N N E M E N T - B E S T E L L U N G**

Ich bestelle die Zeitschrift

**Obst·Wein·Garten**



Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_ BIC: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**12 Zeitungen zum  
Jahrespreis von  
€ 38.- für Erlagscheinzahler bzw.  
€ 35.- mit Bankeinzug**

Der weitere Bezug gilt dann als verlängert, wenn nicht bis zum 30. November eines Jahres eine schriftliche Abmeldung erfolgt.