Tannenschössli und Brennnessel

Wildkräuter / Jolanda Schmidig und ihre Töchter Damaris Hediger und Renja Schmidig bieten im Muotatal Kurse an.

RIED-MUOTATHAL Was vor etwa zehn Jahren mit einem Vortrag einer Heilpflanzenfachfrau begann, wurde zu einem Familienprojekt. Die Bäuerin Jolanda Schmidig führt mit zwei ihrer Töchter, Damaris Hediger und Renja Schmidig, heute die Wildchrüüter-Wärchstatt im Muotatal. Der damalige Vortrag sei für Damaris und Jolanda der Grundstein zum Interesse an Wildkräutern gewesen.

Achtköpfige Familie

Als Renja sich im Jahr 2021 entschieden habe, den Fachausweis zur Bäuerin FA zu machen, habe sie sich bei der Themenwahl vom Faible von Mutter und Schwester inspirieren lassen. Sie schrieb über «Die vielseitige Verwendung von Wildkräutern», wobei sie im Rahmen dessen ein gleichnamiges Buch geschrieben hat. «Der Fokus lag aber mehr auf der Verwendung in der Küche», meint Renja.

Die achtköpfige Familie Schmidig bewirtschaftet einen 3-Stufen-Betrieb mit Mutterkuhhaltung in Ried-Muotathal und auf zwei Alpen auf dem Stoos. Als die sechsfache Mutter mit ihrer ältesten Tochter Damaris sich 2022 entschied, das Wissen über Wildpflanzen weiter zu vertiefen, war auch Renja mit dabei. Sie absolvierten gemeinsam die Ausbildung zur Heilpflanzenfachfrau an der Heilpflanzenschule Zentralschweiz. *«Das war auch cool, so miteinander in die Schule zu gehen», meint Jolanda.*

«Einen Schrei gejuchzt»

Gemeinsam haben sie dann beschlossen, dieses alte Wissen über die Verwendung von Wildkräutern in Kursen an Interessierte weiterzugeben. Dazu habe Renja die Website für das neue gemeinsame Projekt «Wildchrüüter-Wärchstatt Muotathal» gestaltet, erzählt Damaris. Damit verbunden war die Frage, wo denn die Kurse stattfinden sollten.

Als die Mutter bald darauf eine Heilpflanzenreise in Österreich machte, hat während ihrer Abwesenheit die ganze Familie die Räumlichkeit neu gestrichen und möbliert: Die Wildchrüüter-Wärchstatt war geboren. Als sie wieder nach Hause kam und das Ergebnis sah, «habe ich gleich einen Schrei gejuchzt», meint Jolanda. So sei es ein tolles Familienprojekt geworden. Denn egal, worum es sich handle – jemand von ihnen könne immer etwas beitragen oder habe eine Idee. Die gegenseitige Unterstützung werde bei ihnen grossgeschrieben.

Sammeln Zutaten für die Wildchrüüter-Wärchstatt: Damaris Hediger, Renja und Jolanda Schmidig (v.l.). (Bilder Anita Märki)

Imbiss, Apéro, Aufstrich

Heute bieten die drei Frauen Wildkräuter-Spaziergänge an, an denen sie von den Kräutern erzählen, diese gemeinsam sammeln und zubereiten als einfachen Imbiss, Apéro, Aufstrich oder Suppe. Beispielsweise Tannenschössli-Punsch, Wildkräuter-Zupf-Apéro oder ein Brennnessel-Glace. Schön sei es auch, wenn sich die Leute bereits kennen würden. So ist es denn auch eines ihrer Ziele, auf Anfrage individuelle Angebote für Firmen-, Vereins- oder Freundschaftsanlässe anzubieten.

Ob Kinder – welche mit ganz anderen Augen durch die Welt gehen –, Frauen, Männer oder Senior(innen), alle seien herzlich willkommen, meint die Bäuerin. Auch Kurse, in welchen Salben hergestellt würden, seien geplant, erwähnt Damaris.

Renjas «A(l)potheke»

Der nächste Kurs findet auf ihrer eigenen Alp statt; man werde von der Bergstation Stoos mit den Teilnehmer(innen) zur Alp Trölligen wandern. *Unterwegs entdeckt man Wildkräuter und wird über deren Eigenschaften aufgeklärt, auf der Alp selbst wird gemeinsam ein Mittagessen mit Alpenkräutern genossen.* Zudem werde Renja ihre «A(l)potheke» vorstellen, sprich, welche Kräuter beispielsweise bei Blasen, Kopfschmerzen oder Höhenangst verwendet werden können. Die Begeisterung für die Wildkräuter, die sie im Tal und auf der Alp gerne weitergeben, merkt man den drei Frauen beim Erzählen an. *Anita Märki*

Glace mit Grün vom Wegrand

15 bis 20 Portionen im Glas

Zutaten

Zitronenabrieb von einer Zitrone
zirka 1 dl Zitronensaft
Ein Strauss junge, hellgrüne Brennnesselspitzen
5 dl geschlagener Vollrahm
4 Eier
120 g Zucker
Nach Belieben Brennnesselsamen zur Dekoration

Zubereitung

1. Zitronensaft und Brennnesselblätter im Hochleistungsmixer fein mixen, bis eine hellgrüne Masse entsteht.
2. Rahm steif schlagen, entweder in einem separaten Gefäss oder direkt im Mixer zusammen mit der Brennnessel-Zitronen-Masse.
3. Zucker und Eier zirka 5 bis 10 Minuten mit der Küchenmaschine so lange schaumig schlagen, bis die Masse luftig ist und hellgelb wird.
   Alles vorsichtig zusammenfügen und den Zitronenabrieb beigeben.
4. In kleine Gläser oder Glace-Behälter abfüllen und gefrieren.
5. 15 Minuten vor dem Servieren aus dem Tiefkühler nehmen und antauen lassen. Nach Belieben mit Brennnesselsamen, Schokolade oder Beeren dekorieren und anschliessend geniessen.

Rezept und Wildkräuter-Kurse: www.wildchrueter-waerchstatt.ch

Ein Glace aus selbst gesammelten Brennnesseln, dekoriert mit Brennnesselsamen, Schokolade und Walnüssen. (Bild Anita Märki)