„Ehrenpreis macht Leber und Lunge weiß“

Ein inspirierender Tag im Zeichen von Almkräutern und Kulinarik!

Unter dem Motto „Almkräuter entdecken, sammeln und verarbeiten“ fand Anfang Juni die Veranstaltung „**Almkräuter und Almkulinarik**“ auf den artenreichen **Lammersdorfer Alm mit beeindruckendem Blick auf den Millstätter See** statt.

Das eingangs gewählte Zitat „Ehrenpreis macht Leber und Lunge weiß“ ist eine überlieferte Aussage aus historischen Schriften der Pflanzenheilkunde und verweist auf die lange **Tradition und Bedeutung des Wissens** rund **um Almkräuter**.

Gemeinsam machten sich die Teilnehmenden auf den Weg, die **Vielfalt** und **Besonderheiten der Almkräuter** kennenzulernen. Dabei wurden nicht nur die verschiedenen Pflanzen und ihre Merkmale bestimmt, sondern auch deren **Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten** vermittelt. Mit großer Achtsamkeit wurden ausgewählte Kräuter gesammelt und anschließend zu wertvollen Produkten weiterverarbeitet, die jede Naturapotheke bereichern können.

Vor allem die Almkulinarik kam nicht zu kurz: Neben dem hochwertigen Käse von der Alm gab es zahlreiche praktische Tipps, wie **Wild- und Almkräuter in der eigenen Küche genussvoll eingesetzt** werden können.

Ein besonderer Dank gilt der **Kräuterexpertin** und Referentin **Elisabeth Obweger** (FNL Heilkräuterexpertin, Dipl. Alpenmentorin).

Mit ihrer **Begeisterung und Leidenschaft für Kräuter und die Almwirtschaft** hat sie die Teilnehmenden durch den Tag begleitet. Ihre lebendige Art, das Wissen rund um die Almkräuter zu vermitteln, war spürbar und hat den Tag zu einem ganz besonderen Erlebnis gemacht.

Ebenso bedanken wir uns herzlich bei allen Teilnehmenden für ihr großes Interesse, die zahlreichen Fragen, das aktive Mitwirken und den rundum gelungenen Tag. Es war wirklich schön zu sehen, wie das Wissen um die Almkräuter weitergegeben wird und somit nicht in Vergessenheit gerät.

Ein Tag voller Natur, Wissen und Genuss – ganz im Zeichen der Alm.

© 2026 - lfi.at