

EITAG, 19. OKTOBER 2012 SEITE 23



Kreisvorsitzender Gerhard Bruns bedankte sich bei Eva Utz-Hiltl

## Kräuter auf den Tisch!

**NATURGENUSS** Kräuterpädagogin Eva Utz-Hiltl beim VdK

**CHAM.** Kreisvorsitzender Gerhard Bruns freute sich am Mittwoch über eine volle Stadthalle, obwohl der ursprünglich geplante Vortrag des VdK-Kreisverbandes „Gesund durchs Jahr mit Eva Aschenbrenner“ wegen Krankheit der Referentin entfallen musste.

Kreisgeschäftsführerin Angela Peintinger hatte sich kurzfristig um Ersatz bemüht. Mit der Kräuterpädagogin Eva Utz-Hiltl konnte eine bekannte Referentin gewonnen werden.

### Unkraut als Versuchung

Ein Aperitif aus Wildkräutern oder eine Limonade aus Wildkräutern gefällig? Vielleicht ein Häppchen, eine Vorspeise, edel verziert mit essbaren, duftenden Blüten? Die Rezepte der Kräuterpädagogin machten neugierig und regten zum Kochen an. Vor dem geistigen Auge der Zuhörer entstanden leckere Gerichte. Bei der Beschreibung der Knödel mit Giersch statt Petersilie war erstauntes Raunen zu vernehmen. Aus Wildkräutern entstehen Aufläufe, Limonaden und Marmelade. Unkraut wird zur kulinarischen Versuchung.

Kräuterpädagogin Eva Utz-Hiltl verstand es, die Zuhörer mit Fachwissen und speziellen Rezepten zu begeistern. Aber die Kräuter zieren nicht nur die Speisen, sondern sie spielen auch im Brauchtum schon immer eine herausragende Rolle. Kluge Köpfe hätten damals schon genau festgelegt, was in einen Kräuterbuschen gehört, sagte Utz-Hiltl.

Sie zeigte Bilder von heimischen Kräutern, erklärte ihre Verwendung in der Schulmedizin und in der Volksheilkunde, aber auch in der Homöopathie. Die wichtigste Botschaft jedoch: Nie überdosieren! Und wenn man sich nicht sicher ist, welche Pflanze es ist, eine Kräuterpädagogin fragen! Dazu verwies sie auf ihre Kolleginnen im Landkreis Cham, die alle über ein hervorragendes Fachwissen verfügen.

### Glauben und Aberglauben

Sie berichtete vom Aberglauben, von Mythen und Sagen, wie den Hexen in der Walpurgisnacht. Wissenswertes wurde gepaart mit lustigen Anekdoten aus ihrem Leben, aus der Heimat nahe Regensburg.

Schließlich herrschte reger Andrang auf ihre beiden Bücher, die sie auf Wunsch signierte: „Rosenköstlichkeiten, Kulinarische Besonderheiten aus Rosen und Hagebutten“ sowie „Abenteuer Wildkräuter, kulinarische und spielerische Entdeckungsreise für die ganze Familie“. Auch das Fernsehen filmte den Vortrag und befragte anschließend die Besucher. (ckn)

→ In ihrem Landgasthof in Frauenberg bietet Eva Utz-Hiltl Kräuterwanderungen, Wildkräuter-Kochkurse und Kurse zum Thema Wildpflanzen an, speziell auch für Kinder. Sie ist gelernte Köchin und Hotelfachfrau und zertifizierte Kräuterpädagogin.



Kräuterpädagogin Eva Utz-Hiltl signierte ihre Bücher. Fotos: Suft