



BARANGOLÓ

FŐOLDAL / TERMÉSZETESEN / BARANGOLÓ /



Olvasási idő: 5 perc

AZ EHETŐ KARINTIAI FALU, AHOL FŰSZER- ÉS GYÓGYNÖVÉNYFESZTIVÁLON JÁRTUNK

Halmos Monika | fitoterapeuta, virág- és borsommelier, író

Férfimüzli, rozmaringos kecskesajt crème brûlée zsályás carpaccioval, borókás almaszörbet vermutfürdőben, sarkantyúkás-mézes balzsamecet, csalánolaj felejtés ellen, vadnövényes, zöld zsemlegombóc erdei gombaágyon, kakukkfűves paszternákpüré, gyógynövényes prosecco reggeli: három nap a fűszer- és gyógynövények bűvöletében. Illatolni, látni, tapintani, kóstolni, ebben a sorrendben. Ezt kínálta a karintiai fűszer- és gyógynövényfesztivál a festői Irschenben. Annyi ízzel, annyi hasznos tudással gazdagodtam, hogy most a bőség zavarával küszködöm. Hogyan tudom elmesélni azt a színes, ízes élmény-kavalkádot, amelynek tevékeny részese voltam? Megpróbálom.

Nem könnyű, mert habzsoltam volna minden látni- és élvezni valót, de valójában inkább csak hagytam, hogy szép könnyedén magával ragadjon a lágyan ölelő hangulat.

A „slow food”, a „lassú étkezés” nem csak azt jelenti, hogy nem bekapod gyorsan és odébb állsz, hanem egy rövid ellátási láncot, a helyben termelt, helyben előállított termékek és ételek széles kínálatát, a hagyományos ételek komótos élvezetét is.

Egy alapjaiban más szemléletmódot, ami nem véletlen, hiszen Irschen Ausztria egyik első slow food faluja.

Ez a védjegy is biztosítéka annak, hogy tényleg helyi és kiváló finomságok kerüljenek a tányérba – amiről a fesztivál előestéjén a Naturhotel Landhof ünnepi vacsoráján meg is győződhattünk. A séf, Markus Locker kifejezetten erre az alkalomra komponált menüvel rukkolt elő. A fűszer- és gyógynövényekből nem extra porciót, mikrozöld-bokrokat pakolt fel a tányérokra, hanem finom eleganciával mutatta be a környékbeli hegyek növénykincsét.



Virágos utcarészlet a festői Irschenben – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Bizonyára nem volt könnyű dolga az elképesztően gazdag alapanyag-kínálatból összeválogatni azt, ami ezen a nagy napon a vendégek elé kerül, de egy férfiasan tökéletes, virtuóz menü lett az eredmény. Imádom az ilyen ételsorokat, mert mindig új alkotásra is csábítanak!

Amikor a hideg előételként érkező borókás almaszörbet vermutfürdőt vett, szemem előtt máris megjelent, hogyan fogom ezt *a magam virágoskertjére átültetni*. Elárulom, azóta meg is született az én variációm: apósom isteni ürmösbora jegesre hűtve, benne fürdő citromfüves sárgadinnyeszörbet, golyóbis formájában.



Almaszörbet vermutfűrdőben – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Ez persze nem a kezdőfogás volt: megelőzte egy gazdag salátakínálat a helyi kertekből, majd rozmaringos kecskesajt crème brûlée zsályás carpaccioval. Aki vegetáriánus főételt választott, annak hamarosan csinos zöld gombócok érkeztek, erdei gombamártáson táncolva.



Az előétel – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

A húsos oldalon szarvassült mosolygott kakukkfűves paszternákpürével, és zöldségchips-szel. Desszertként levendulás tönkölytorta mutatkozott be, tetején virágmézes habsapka üldögélt. Zárásként pedig válogathattunk a **helyi sajtkészítők káprázatos ízeiből**, ha nem laktunk volna pukkadásig.



Gombócok gombamártáson – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

A fesztiválnapi reggeli mi mással is kezdődhetett volna, mint egy koktéllal: gyógynövenyszörp proseccoval. Oly szívesen elüldögéltem volna a fürdőtavacska partján, hallgatva a békákat, a közelben ordító alpakákat, nézegettem volna a hortenziák felett a kéklő hegyeket, hiszen

itt minden a lelassulásról szól.

De szerettem volna minél többet magamhoz venni a fesztivál hangulatából, így nyakamba vettem a falut.

Csupa virág, amerre a szem ellát, itt fűszer- és gyógynövények virítanak. Mindenki ügyel arra, hogy a ház a körül sok virág legyen, a virágos porta egyben a jólét és a jól-lét szimbóluma is. Erre

az alakomra még külön virágkompozíciókkal is csinosították a portákat, az üzleteket, a kerítéseket, az utcát. Szigorúan a környék virágaival!



Mákvirág – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Reggeltől estig két napon át tartott a színes forgatag. Zene és tánc az utcán, közös éneklés a diófák alatt. Szakvezetés a gyógynövénykertekben, workshopok, ahol a helyi gyógynövényszakértőktől és tapasztalt asszonyoktól sajátíthatták el az érdeklődők a különféle növényes varázslatokat. **Irschenben a gyógynövények és a vadnövények** fűszerként való használata sok száz éves hagyományokon alapul. A népi gyógyászat tudását, a felhasználás, a feldolgozás folyamatát már 30 éve mutatják be azoknak az érdeklődőknek, akik szeretnének minél többet megtudni a minket körülvevő gyógyító természetről.



Száradó növények – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

A gyógynövényes ház, a Kräuterhaus Pfarrstadel a kiindulópont ahhoz, hogy bejárjuk a bemutatókertet és a 18 állomásból álló, illatos élményutat. Ezek között nem csak fűszer- és

gyógynövénykertet kereshetünk fel.

Van teakert, de apró vízimalom is, ahol hetente egyszer megtekinthető az őrlés.

Az ide vezető úton, zubogó patak mellett kapunk részletes információt arról, hogy hogyan születik a kenyér. A kenyér, amelynek az egyik legfőbb hozzávalója az idő.



A gyógynövényes ház – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Bevallom, a befőtt üvegekből fabrikált, búzaszemekkel teli jópofa homokórát többször is megforgattam, míg ezeket a mondatokat ízelgettem. Nekem is új dimenzióba került a kenyér, amely valóban a „slow food”, vagyis a lassú étel kategóriába tartozik. Gondoljuk csak végig,

mennyi idő kell ahhoz, míg a búzaszemből kalász érik? És amíg a kovász elkészül, mire megkele vele a tészta? Idő és türelem kell hozzá, mint a legtöbb jó dologhoz ebben a világban.



A szépségápolás gyógynövényei – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Ha gyógyírt keresel a bajodra, időt kell szánnod rá, hogy megtaláld a megfelelő növényt. Vízet forralsz, megvárod, míg elvégzi a hő a dolgát, míg kioldódik a gyógyító erő a növényből. Jóval egyszerűbb lenyelni egy pirulát, annyi szent.

Míg keresel, míg magadra szánod az időt, az alatt is gyógyulsz, mert önmagában a növények társasága is hatalmas erővel bír. A köztük töltött idő simogatja a lelket.

Itt, az illatozó és ízletes, gyógyító és bódító virágok között, ebben a békés földi Paradicsomban új dimenzióba kerül az idő is. Mert azok a percek, órák, amelyek észrevétlenül röppennek el, azok lesznek később feledhetetlenek. Vagy ahogyan azt a Kis Herceg mondta: az idő, amit a rózsádra vesztegettéél, az teszi olyan fontossá számodra a rózsádat.



Virágok mindenhol – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Csillogó szemekkel hallgattam a környék gyógyfüves asszonyainak érdekesítő előadásait.

Olyan növényeket ismerhettem meg, amelyek nálunk csak a könyvekben, vagy egy-egy botanikus kert rejtett zugában lelhetők fel, vagy szigorúan védettek.



A boszorkánykert kulcsai – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Az alpesi népi gyógyászat rejtelseibe is bekukkantottunk. Megtudtam olyan érdekességeket, hogy a nehézszagú gólyaorr segít a gyermeknemzésben, ha egy nagy csokorral a lepedő alá teszünk belőle. Az ökörfarkkóró kiszáradt vastag kóró-szára a legjobb sétapálca alapanyag idősök számára. A csalán friss, zöld magja növeli a férfierőt, ezért ott a helye a tökmaggal dúsított müzliben.

A csalánnal készült olaj jó felejtés ellen, a körömvirággal és reszelt sárgaréppával érlelt olaj pedig a legjobb bőrápoló.

A sarkantyúka ecetben kioldott mustárglikozidja antibakteriális, antivirális hatású, kevés méz hozzáadásával mennyei balzsamecetfélévé válik. Az elvirágzott erdei mácsonyából mézcsorgató

kanalat készítettünk, és megnéztük, hogyan készül elixír a friss fenyőtobozból.



Angyalgyökér a kert sarkában – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Este pedig egy hatalmas mulatsággá alakult a falu. Szólt a zene, akinek kedve volt, táncra perdült a főutcán felállított rendezvénysátrak között. A fehér abrosszal borított sörasztalokon színes vadvirágcsokrok gondoskodtak a hangulatról, hogy miközben jóízűen falatozod a gyógynövényekkel fűszerezett pecsenyét, az ehető virágokkal ékes karintiai töltött tésztát, poharadban a hegyi rétek kincseinek italával koccintasz ismeretlenekkel, és együtt énekelsz, ne feledd, hogy ez mégiscsak a fűszerek és a gyógynövények ünnepe.



Asztaldíszek – Fotó: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

Egyszer régen volt egy álmom. Egy egyszerű villa az erdő szélén, ahol csupa olyan finomságot kínálok és árulok, ami a természet rejtekén termett. Csupa olyasmit, ami természetesen elegáns és finoman természetes. Az álom álom maradt, de most rátaláltam erre a valóságban, Irschenben. Jövőre már a 25. fűszer- és gyógynövényfesztiválra kerül sor – ha szeretnél részese lenni ennek a tömör és szelíden simogató élménynek, akkor már most jegyezd fel a naptáradba. Megéri!

Nyitókép: [Halmos Monika](#) / [Rózsakunyhó Alkotóműhely](#)

KAPCSOLÓDÓ TARTALOM

GÁSPÁR KINGA | 2025. JÚLIUS 27



150 ÉVES A VILÁG LEGNAGYOBB HELIOTERMIKUS TAVA, AMELY EGY TÜNDÉR KÖNNYEIBŐL KELETKEZETT

A Medve-tó az egyik legértékesebb erdélyi természeti kincs és turisztikai látványosság.

Cikk megosztása:

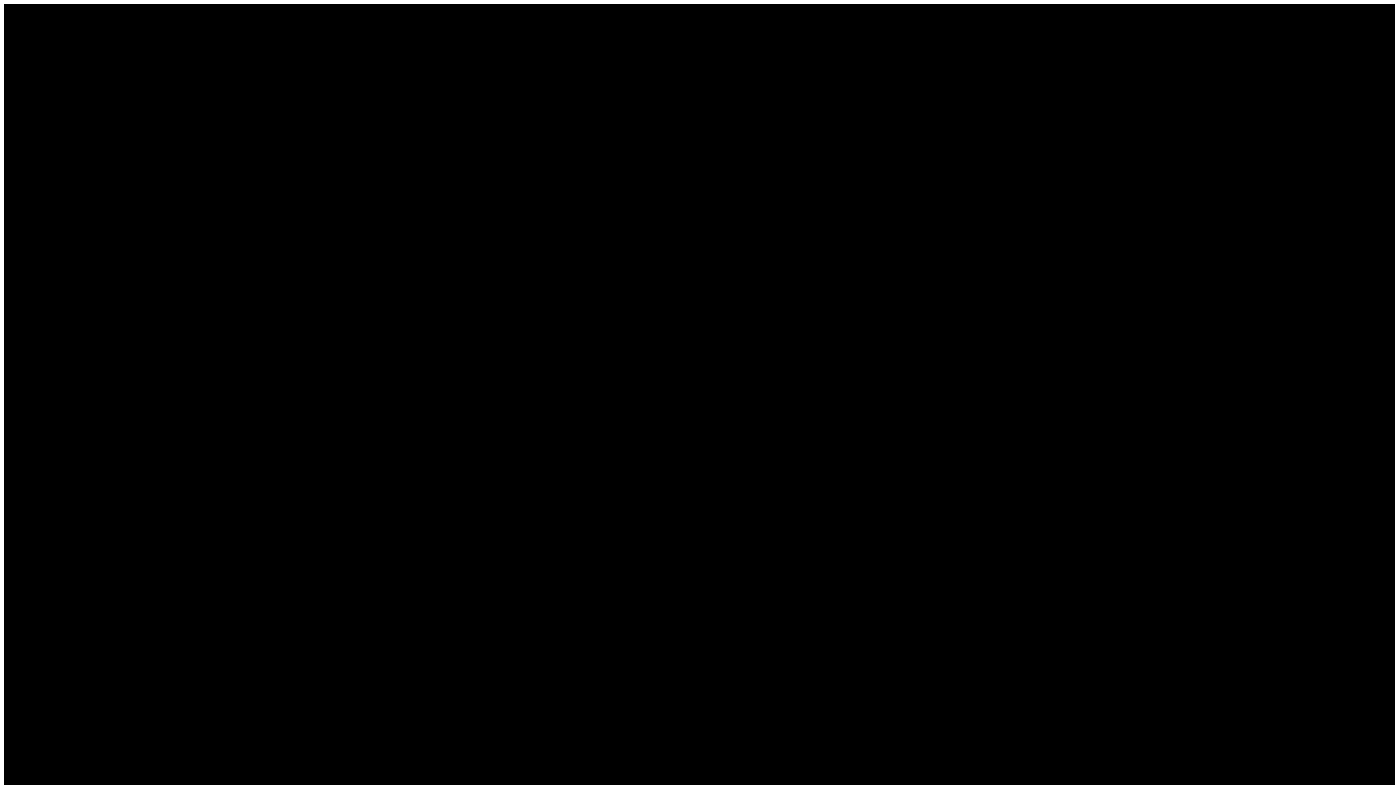


Halmos Monika

fitoterapeuta, virág- és borsommelier, író

A konyhában és a kertben érzem jól magam: gyógyító fűvek, ragyogó zöldségek, jóízű gyümölcsök és szép virágok társaságában. Sütök-főzök a nekem kedveseknek és népes családom gyönyörűségére, természetes virágdekorációkat komponálok. 1991 óta publikálok magazinokban, írok ételről, italról, utazásokról, világunk apró csodáiról. Cikkeimet, megjelent könyveimet saját fotóimmal illusztrálom. Szeretem járni az ország zegzugait, gyűjteni élményeket, recepteket, ízeket, illatokat, kapcsolatokat. Tapasztalataimat, tudásomat élményszerű oktatás keretében osztom meg másokkal, növénysetákon, kóstolókon, közös örömfőzésen.

A SZERZŐ TOVÁBBI CIKKEI >



UGRÁS AZ OLDAL TETEJÉRE ^

Rólunk
Impresszum
Kapcsolat

Partnereink
Sajtóanyagok
Médiaajánlat

KÖVESSEN MINKET

Adatkezelési tájékoztató

Felhasználási feltételek

2019-2025 © STRATCOMM KFT. Minden jog fenntartva