

Nationalpark Schwarzwald


# DARIN LIEGT DIE WILDE WÜRZE

Der Nationalpark Schwarzwald umfasst mit 10.062 Hektar eines der größten zusammenhängenden Waldgebiete Deutschlands. Der Mensch nimmt sich hier weitestgehend zurück und lässt der Natur ihren Lauf. So können eine Vielfalt an heimischen Pflanzen und Tieren unbeeinflusst erlebt werden. Mit allen Sinnen genießen lässt sich diese Wildnis auf einer Tour mit Nationalpark-Ranger und Wanderkoch.



## NATIONALPARK SCHWARZWALD

Weite Wälder mit hohem Weißtannenanteil prägen den ursprünglichen Charakter des geschützten Gebietes. Feuchtheiden, Karseen, Hochmoore, wilde Bäche und Wasserfälle runden das Bild ab.

 **Nationalparkzentrum Ruhstein,**  
Schwarzwaldhochstraße 2, 77889 Seebach

# WILDNIS TRIFFT KULINARIK

Hunger auf Gaumenfreuden der wilden Art? Unter freiem Himmel lassen sich auf einer Wildnistour mit dem Baiersbronner Wanderkoch Friedrich Klumpp und Ranger Charly Ebel die köstlichen „Früchte“ des Waldes und die Vielfalt des Nationalparks genießen.



„Das Interessante bei Wildkräutern ist ihr Variantenreichtum, die Vielfalt der geschmacklichen Nuancen ...“

Friedrich Klumpp

Viermal im Jahr führen Wanderkoch und Ranger interessierte Gruppen auf kulinarischen Wildnispfaden durch den Nationalpark. An einem leicht bewölkten Sommertag starten wir um 9 Uhr am Nationalparkzentrum Ruhestein. Nach einer Begrüßung und einem kurzen Anstieg am Skihang vorbei an blühenden Weiden bis zum Waldrand ist die erste Station erreicht. Zeit für eine Vorstellungsrunde mit Ranger und Koch. Fiddi Klumpp verschwindet kurz im Wald und zaubert aus einer hinter einer Tanne versteckten Box die ersten Appetithappen hervor. Es sind junge Triebe vom Adlerfarn, mariniert in einer Soja-Ingwersauce. In Biss und Form erinnert diese wilde Köstlichkeit, die in Japan als Delikatesse gilt, an grünen Spargel. Statt Köpfchen krönen die Stängel kesse Locken, aus denen im ausgewachsenen Zustand die flügelartigen Blätter werden. Ein Amuse bouche mit Aha-Effekt und Auftakt zu den folgenden Menüstationen, die uns die nächsten beiden Stunden ins Schwärmen geraten lassen werden. „Adlerfarn ist der einzig essbare Farn. Verwendet werden können nur die jungen Triebe. Denen entziehen wir durch heißes Wasser die Bitterstoffe“, erklärt Klumpp den staunenden Genießern ringsum. Mit 25 Wildnis-Kulinarikern ist es heute wieder eine recht große Gruppe. Wie meistens, wenn das eingespielte Team

die beliebte Veranstaltung anbietet. Nach der Adlerfarn-Überraschung folgen hübsch serviert auf einer unbehandelten Weißstannenscheibe Huflattich-Rouladen.

#### Geschmackliche Offenbarungen

Die zarten Huflattichblätter ummanteln eine Farce vom Hühnchen, die mit Wildkräuterpesto, Apfelchutney und Zitronenconfit fein abgerundet ist. Das Pesto ist komponiert aus Spitzwegerich, Giersch, Sauerampfer, Bäurwurz, eben den wilden essbaren Pflanzen, die die Jahreszeit gerade bietet. „Das Interessante bei den Wildkräutern ist ihr Variantenreichtum, die Vielfalt der geschmacklichen Nuancen“, so Friedrich Klumpp. Die Begeisterung für die Natur hat den Baiersbronner Koch und Hotelier, der den Familienbetrieb Rosengarten in Baiersbrunn führt, schon früh inspiriert. „Als beim Kochen immer exotischere Gewürze und Zutaten in die Töpfe und auf die Teller wanderten, gab das bei mir den Anstoß mich stärker auf die regionalen Zutaten zu besinnen. Mich hat es gereizt, das,

Heidelbeeren schärfen das Nachtsehvermögen. Kräuterkunde mit erkenntnisreichen Einblicken.



Augen- und Gaumenschmaus – Huflattichroulade mit Zitronenconfit und Apfelchutney.

Erspäht am Wegesrand – eine seltene botanische Rarität, die Mondraute



## entdeckungsreiches 6-Gänge-Wandermenü



die **jungen Triebe vom Adlerfarn** fein mariniert in einer Soja-Ingwersauce

auf einer Weißstannenscheibe  
**Huflattich-Rouladen**

**Brunnenkressesüppchen** mit pikantem **Bärenbrot**

**Grindendudler** – fein perlende Limonade mit nicht weniger als **17 Kräutern** hergestellt

geräucherter **Schinken vom Hirsch** auf Preiselbeerrahm mit einem Ebereschengelee

ein **Eisparfait** mit **Fichtenspitzen**



was bei uns vor der Haustür in Wald und Wiese an essbaren Kräutern, Beeren und Pflanzen wächst, in meiner Küche einzubeziehen und den Gerichten eine besondere Note zu verleihen.

Während der Koch den Gästen die Leckerbissen serviert, kredenzt Ranger Charly Ebel Kostproben an Wissenswertem zu Wildpflanzen, Klima, Tieren und den Besonderheiten des Nationalparks. Als passionierter Botaniker weist er ausdrücklich darauf hin, dass man bei der Wildkräuterküche einige Dinge beachten sollte. Unerlässlich ist es, sich anfangs von fachkundigen Kennern begleiten und beraten zu lassen. „Es gibt jede Menge Bücher, in denen man tolle Anregungen findet. Aber in punkto Bestimmung kann ein Fehlgriff irreversible Folgen haben. Damit man die Pflanzen auch zweifelsfrei erkennen kann, sollte man seine Kenntnisse schulen.“ Gerade beim sehr beliebten Bärlauch lauern Gefahren durch die Verwechslung mit hochgiftigen Maiglöckchen oder Herbstzeitlosen.

Viele andere Wildkräuter wie Spitzwegerich, Brennessel, Löwenzahn oder Himbeerblätter sind gut zu erkennen“, erläutert der Ranger. Übrigens gilt bei Wildpflanzen, dass sie härtere Fasern besitzen als unser Kulturgemüse. Sie sind für unseren Körper schwerer zu verdauen. So macht bei der Wildkräuterküche die Dosis das Raffinement aus. Im Experimentieren liegt mit der Erfahrung die Würze. Diese besitzt sehr intensiv der Bärwurz. Der wächst hier oben auf den Wiesen und ziert als feinfiedriger Dekor den frischen Kräuterschmand, den es zum Abschluss von Station eins noch als Probierle gibt. Die Wildkräuter sind übrigens alle außerhalb des Nationalparks in Baiersbronn gepflückt. Denn im Park sollte die Natur sich wirklich selbst überlassen bleiben. Nicht nur in dieser Hinsicht gilt der Grundsatz „Natur Natur sein lassen“.

**Ein Apéritif auf das Wohl des Auerhahns**

Weiter geht's zur urigen Skilifhütte, wo wir mit einem feinerlendenden FritzSpritz auf dessen Namensgeber, einen lange Jahre im Gebiet aktiven Auerhahn, anstoßen. Die Heidelbeeren, die das Getränk dunkellila färben, nimmt

**„Auf den Wegen zu bleiben ist geboten, damit die seltenen Tiere und Pflanzen, die hier leben, nicht beeinträchtigt werden.“**

Charly Ebel zum Anlass für einen Exkurs zu den Charaktervögeln des Schwarzwaldes. Der Nationalpark ist einer der wichtigen Lebensräume des Auerwils in Baden-Württemberg. Rund 120 der geschützten Wildhühner leben hier – zumeist friedlich. In der Balz ist Vorsicht geboten. Dann sind einzelne Hähne angriffslustig. „Auf den Wegen zu bleiben ist geboten, auch damit die Tiere nicht gestört werden. Wir haben hier einen besonderen Artenreichtum, viele sehr spezialisierte und empfindliche Tier- und Pflanzenarten. Die wollen wir schützen, damit sie eine Chance haben, überleben zu können“, so Ebel. Inzwischen werden „Bärenbrote“ mit Kräuterschmand, dazu ein Brunnenkresse-Gurkensüppchen gereicht. Hier geben zwei Powergewächse die besondere Note. „Der Bärwurz verleiht dem Brot die Würze, die Brunnenkres-



Wanderkoch Friedrich Klumpp weiß viel Interessantes zur Natur und den heimischen Wildpflanzen zu berichten.

se erinnert an ihre Schwester aus dem Garten, hat aber einen höheren Anteil an Senfölen.“ Die wilde Kresse ist reich an Vitaminen und Mineralstoffen. Sie wächst an klaren fließenden Gewässern, wie sie im Nationalpark reichlich vorhanden sind. Nachdem die Suppe mit Begeisterung ausgelöffelt ist, geht's hinauf auf die Grindenfläche.

**Heidelbeeren schärfen bei Dunkelheit den Blick**

Wurzelteller ragen zwischen gedrunghenen Zwergkiefern hervor. Schön ist es die Blicke hier oben in die Weite der offenen Landschaft schweifen zu lassen. Nebenbei sind neue Erfrischungen hervorgezaubert. Diesmal ein Grindendudler mit 17 Kräutern. „Je nach Jahreszeit variiert der Geschmack.“ Drin stecken heute Heidelbeere, Mädesüß, Vogelbeere, Engelwurz, Wiesenknopf, Schafgarbe, Heidekraut und und und. Heidelbeeren verbessern das Nachtsehvermögen. Mädesüß wurde einst dem Met zum Aromatisieren zugesetzt. Wirklich spannend! Nach dem Ausflug in die Kräuterkunde nähern wir uns dem alten Bannwald, der Kernzone des Nationalparks. Hier halten wir inne und lassen den Zauber der Natur wirken. Wenige Schritte zuvor eröffnet sich ein fantastischer Blick über das Waldmeer, auf das Herz des Nationalparks. Hier wird das Motto des Nationalparks sicht- und spürbar – „Eine Spur wilder“ ist es hier wirklich. Das Tal der Schönmünz durchziehen nur wenige Wanderwege, kein Haus und keine Siedlung sind zu sehen. Ein ungewohnter Anblick in unserer dicht besiedelten Landschaft. Als Gaumenfreude wird nun geräucherter Hirschschinken auf süß-herbem Preiselbeerrahm mit einem Klecks Ebereschengelee serviert. Wieder so eine tolle Kombi, die die Geschmacksknospen erfreut, bevor es zur letzten Etappe, dem Euting-Grab geht. Umrahmt von einem herrlichen Panorama gibt's dort ein zart schmelzendes Eisparfait mit Fichtenspitzen. Waldwürzig mit Tannenhonig gesüßt, untermalt vom zitronig schmeckenden Grün der jungen Fichtentriebe. Ein wunderbares Finale dieser gelungenen Wildnis-Exkursion durch den Nationalpark. Und soviel steht für alle begeisterten Teilnehmenden fest: Das wird nicht die letzte Erlebnistour im Nationalpark sein!



**URWÜCHSIGE WILDNIS ERLEBEN**

**Auf den Hochlagen zwischen Baden-Baden und Freudenstadt erstreckt sich zwischen 470 und 1.150 Höhenmetern Baden-Württembergs Nationalpark.**

Das im Januar 2014 gegründete Großschutzgebiet besteht aus zwei etwa 3,5 Kilometer voneinander getrennten Bereichen um den Ruhestein und den Hohen Ochsenkopf/Plättig. Die landschaftliche Vielfalt bietet Lebensräume für Rotwild, Auerhühner, Dreizehenspecht, Kreuzottern und weitere seltene Arten. Dabei profitiert der Nationalpark von ehemaligen Bannwäldern, die teilweise mehr als 100 Jahre sich selbst überlassen

sind. Neben Karseen und zwei größeren Hochmooren gehören die als Grinden bezeichneten Feuchtheiden zu den Besonderheiten. Die raue Schönheit der mit Latschenkiefern, Beerensträuchern, Heidekraut und Pfeifengras bewachsenen Landschaft erinnert ein wenig an Skandinavien. Wildnis erleben kann man im Nationalpark Schwarzwald auf einer Vielzahl von spannenden Veranstaltungen. Unterwegs mit Rangern und Pädagogen, in Ausstellungen, bei Workshops oder Vorträgen. Im Jahresprogramm sind alle zusammengestellt > [www.schwarzwald-nationalpark.de/veranstaltungen](http://www.schwarzwald-nationalpark.de/veranstaltungen)

**Baiersbronn genießen**

Feinster kulinarischer Naturgenuss



[ Der kulinarische Wanderhimmel ]



Erleben Sie die Baiersbronner Natur mit allen Sinnen bei einem Streifzug durch den Kulinarischen Wanderhimmel.

Lassen Sie sich entführen von

- den Wildpflanzenwirten, die ihre Gerichte mit Beeren, Pilzen und Wildkräutern herrlich verfeinern und so den ursprünglichen Geschmack der Baiersbronner Natur auf den Teller bringen.
  - den „Baiersbronner Schätzen“, lokale Köstlichkeiten aus dem Murgtal: Waldhonig- und Fichtenspitzeneis, Lamm- und Wildspezialitäten, Ziegenkäse, Apfelessig und Buhlbacher Forellen.
  - vielem vielem mehr!
- Eine Vorschau finden Sie unter: [www.kulinarischer-wanderhimmel.de](http://www.kulinarischer-wanderhimmel.de)

