



Das A und O für Hirt, Senner und Co

www.lfi.at

Ihr Wissen wächst 

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

 **Bundesministerium
Landwirtschaft, Regionen
und Tourismus**


LE 14-20
Erweiterung für das Ländliche Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete



Heute schon ein Stück gewachsen?

Viele Talente, Interessen und Leidenschaften keimen unter der Oberfläche. Machen Sie mehr daraus und wachsen Sie über sich hinaus – mit den vielfältigen Entwicklungs- und Qualifizierungsangeboten des Ländlichen Fortbildungsinstituts.
LFI – Bildung mit Weitblick für mehr Lebensqualität.

Ihr Wissen wächst 



Statements	4	4 Der Almgemüsegarten	18
Einleitung	5	4.1 Der richtige Standort.....	18
<hr/>		4.2 Einteilung in Beete und Rabatten – die kluge Ordnung.....	18
1 Einen Sommer auf der Alm! Sicher?	6	4.3 Welche Gemüse, Kräuter und Blumen eignen sich für die Alm?	18
<hr/>		4.4 Gut geeignete Almgartenpflanzen.....	19
2 Dinge, an die man denken sollte	7	4.4.1 Einjährige Kulturen.....	19
2.1 ... sechs Monate vorher	7	4.4.2 Mehrjährige Kulturen.....	20
2.2 ... vier Monate vorher	8	4.4.3 Empfindliche Kulturen im Topf	20
2.3 ... drei Monate vorher	8	<hr/>	
2.4 ... zwei Monate vorher.....	8	5 Abbildungsverzeichnis	21
2.5 ... zwei Wochen vorher	9	<hr/>	
2.6 ... zwei Tage vorher.....	9	6 Tabellenverzeichnis.....	21
2.7 ... beim Almauftrieb.....	10	<hr/>	
2.8 ... während des Almsommers	10	7 Literaturverzeichnis	22
2.9 ... wenn es kracht.....	10		
2.10 ... wenn es dem Ende zugeht.....	10		
<hr/>			
3 Verpflegung für das Almpersonal	12		
3.1 Bedeutung einer ausgewogenen, vielfältigen Ernährung für das Almpersonal	12		
3.1.1 Mehr Farbe ins Essen: Gemüse- und Obstversorgung auf der Alm	13		
3.1.2 Komplexe Kohlenhydrate liefern lang anhaltende Energie	14		
3.1.3 Milch und Milchprodukte	14		
3.1.4 Herzhaftes: Fleisch, Fisch und Eier.....	14		
3.2 Küchenalltag auf der Alm – Praxistipps und Rezepte	15		
3.2.1 Zeit- und ressourcensparendes Kochen am Holzherd	15		
3.2.2 Lebensmittel sind kostbar	15		
3.3 Rezepte.....	16		
3.3.1 Gesunde Frühstücksideen	16		
3.3.2 Leichte Sommerkost.....	16		
3.3.3 Warme Sattmacher	17		
3.3.4 Süße Köstlichkeiten	17		
<hr/>			

Statements



© BMNT/Paul Gruber

BM Elisabeth Köstinger, Bundesministerin für Landwirtschaft, Regionen und Tourismus

Die österreichische Almwirtschaft steht für Familienzusammenhalt, Kultur und Tradition. Sie ist ein wesentlicher Bestandteil der Berglandwirtschaft. Mit ihrer nachhaltig, ökologisch und sozial ausgerichteten Wirtschaftsweise, leisten die Almbäuerinnen und Almbauern jährlich einen unverzichtbaren Beitrag um den vielfältigen Anforderungen und Erwartungen unserer Gesellschaft gerecht zu werden. Sie pflegen die einzigartige Kulturlandschaft, versorgen die Menschen mit hochwertigen Nahrungsmitteln, schützen die natürliche Artenvielfalt, bewahren die Bevölkerung vor Naturgefahren wie Lawinen, Muren, Steinschlag oder Hochwasser und schaffen die Basis für den österreichischen Tourismuserfolg.

Gute Aus- und Weiterbildung ist die treibende Kraft um diesen vielfältigen Herausforderungen gewachsen zu sein. Das speziell auf die Almwirtschaft zugeschnittene Bildungsangebot des LFI bietet dazu die ideale Grundlage. Nutzen Sie daher die neu erschienenen Fachunterlagen Almwirtschaft und lassen Sie „Ihr Wissen wachsen“!



© Wikimedia Commons/
Granada

ÖkR Ing. Erich Schwärzler

Das oberste Stockwerk der heimischen Landwirtschaft ist in guten Händen! Mit viel Engagement, Verantwortungsbewusstsein und Idealismus bewirtschaften und pflegen die österreichischen Almbäuerinnen und Almbauern das Herz unserer Kulturlandschaft – die Almen. Neben der Produktion von hochwertigen Almprodukten und der Generierung von regionalem Einkommen erfüllen die Almbewirtschafterinnen und Almbewirtschafter durch die Erhaltung der Biodiversität, Funktionalität und Attraktivität der Berggebiete einen wichtigen Auftrag für die Gesellschaft. Die Almgebiete werden seit Generationen naturnah bewirtschaftet und zählen zu den artenreichsten Lebensräumen im Alpenraum. Dank der flächendeckenden Beweidung wird das Risiko von Naturgefahren vermindert. Zudem ist die gepflegte Berg- und Almlandschaft ein bedeutender Kraft- und Erholungsraum für viele Einheimische und Touristinnen und Touristen. Damit diese wertvollen Leistungen auch zukünftig auf hohem Niveau erbracht werden können, braucht es gut ausgebildete Almverantwortliche und geschultes Almpersonal. Diesbezüglich wurden nun vom LFI und den Almwirtschaftsvereinen die im Jahr 2015 herausgegebenen Fachunterlagen aktualisiert und überarbeitet. Mittels dieser Broschüren soll auch Bewusstsein für die vielfältigen Leistungen der Almwirtschaft geschaffen werden. Nutzen Sie die Möglichkeit, Ihr Wissen zu vertiefen!



© Charly Lair – Die Fotografen

Abg.z.NR Ing. Josef Hechenberger

Die Land- und Forstwirtschaft Österreichs unterliegt einer laufenden Weiterentwicklung. Daher brauchen auch die in der Almwirtschaft tätigen Personen fundierte fachliche und persönliche Fähigkeiten um neue Ideen zu verwirklichen, aber auch um den hohen Ansprüchen der Gesellschaft gerecht zu werden. Das Ländliche Fortbildungsinstitut (LFI) als Bildungsunternehmen der Landwirtschaftskammern eruiert aktuelle Trends in den einzelnen Fachbereichen sowie die derzeitigen Erwartungen der Gesellschaft. Der persönliche und berufliche Erfolg unserer Landwirte und Landwirtinnen sowie deren Lebensqualität, liegen uns besonders am Herzen und werden deshalb durch die Bildungs- und Beratungsangebote gefördert. Jährlich arbeitet das LFI gemeinsam mit den Verantwortlichen im Fachbereich Almwirtschaft neue Bildungsangebote aus bzw. wird Bewährtes weiterentwickelt und fortgeführt. Die neue Auflage der almwirtschaftlichen Fachunterlagen ermöglichen eine gute Übersicht der weitreichenden Thematik Almwirtschaft. Stöbern Sie die kompakten Unterlagen durch und steigern Sie Ihr Wissen und Ihren Erfolg in der Almwirtschaft!

Einleitung

Almwirtschaft und Bildung – zwei starke Partner!

Die Almwirtschaft mit ihren zahlreichen Aufgaben und Funktionen ist aus der heimischen Berglandwirtschaft nicht wegzudenken und fester Bestandteil einer flächendeckenden Landbewirtschaftung in Österreich. Sowohl die Landwirtschaft selbst als auch die Gesellschaft haben hohe Ansprüche an die Almwirtschaft. Diese Anforderungen und sich laufend verändernde Rahmenbedingungen erfordern umfassendes Wissen und Flexibilität von den verantwortlichen Almbäuerinnen, Almbauern und dem zuständigen Almpersonal. Um diesen Herausforderungen aktiv begegnen zu können, sind lebenslanges Lernen und Weiterbildung das Mittel der Wahl!

Das bundesweite Projekt „Bildungsoffensive multifunktionale Almwirtschaft“ wurde vom Ländlichen Fortbildungsinstitut (LFI) Österreich gemeinsam mit den Ländlichen Fortbildungsinstituten, Landwirtschaftskammern und Almwirtschaftsvereinen in den Bundesländern ins Leben gerufen und ist mittlerweile fixer Bestandteil der Bildungslandschaft Österreichs. Hauptziel dieses Projekts ist es, Almverantwortlichen gute Weiterbildungsmöglichkeiten anzubieten und das Almpersonal verstärkt zu schulen. Im Rahmen der Bildungsoffensive werden bedarfsgerechte Aus- und Weiterbildungsangebote für die einzelnen Fachbereiche der Almwirtschaft erarbeitet. Gemeinsam konnten in den letzten Jahren viele interessante Bildungsangebote im Bereich Almwirtschaft entwickelt und umgesetzt werden.

Ein wesentlicher Teil der Bildungsoffensive war es Fachunterlagen zu unterschiedlichen Themenbereichen der Almwirtschaft zu erstellen. Mittlerweile ist daraus ein umfassendes Nachschlagewerk mit elf Broschüren entstanden.

An dieser Stelle gilt unser besonderer Dank allen Autorinnen und Autoren, die an diesen Broschüren mitgearbeitet haben und viele gute Ideen, Wissen und Zeit eingebracht haben. Eine Unterlage dieser Art lebt von den Anregungen und Erfahrungen aus der Praxis. Vielen Dank!

Wir freuen uns, Ihnen mit den nun bereits aktualisierten Fachunterlagen ein breites almwirtschaftliches Wissen in schriftlicher Form präsentieren zu können und wünschen Ihnen informative Stunden sowie viel Freude beim Lesen.

Ihr Redaktionsteam

DI August Bittermann, Landwirtschaftskammer Niederösterreich,
Geschäftsführer NÖ Alm- und Weidewirtschaftsverein

DI Barbara Kircher, Amt der Kärntner Landesregierung,

Ing. Josef Obwegger, Landwirtschaftliche Fachschule Litzlhof,
Obmann des Kärntner Almwirtschaftsvereins

DI Susanne Schönhart, ehemals Ländliches Fortbildungsinstitut Österreich, Projektleiterin
„Bildungsoffensive multifunktionale Almwirtschaft“, Geschäftsführerin Almwirtschaft Österreich

Überarbeitung durch:

DI Markus Fischer, Projektleiter „Bildungsoffensive multifunktionale Almwirtschaft“,
Geschäftsführer Almwirtschaft Österreich

1. Einen Sommer auf der Alm! Sicher?



© Susanne Schönhart

EINEN SOMMER AUF DER ALM! SICHER?

Alm hat Saison! In den letzten Jahren ist ein verstärkter Zulauf auf die Almen zu bemerken – vor allem bei der nicht bäuerlichen Bevölkerung. Nicht nur Erholungssuchende zieht es in ihrer Freizeit dorthin, immer mehr Menschen sehen die Alm auch als möglichen Arbeitsplatz während des Sommers.

Prinzipiell trifft sich das ziemlich gut, denn fachkundiges Almpersonal ist in der Almwirtschaft immer gefragt. Auf der Alm besteht ein großer Bedarf an Arbeitskräften. Aber der Weg bis zur Fachkundigkeit ist oft steinig und mit viel Arbeit und Mühen verbunden. Reich wird man dabei auch nicht, aber man arbeitet natürlich nicht nur für „Gottes Lohn“. Dafür ist man nach einem Almsommer sicherlich reich an Erfahrungen – von den vielen Eindrücken kann man oft noch lange zehren.

Wer sich also ernsthaft für einen oder mehrere Sommer auf der Alm interessiert, sollte sich vorher ein möglichst realistisches Bild davon machen, was auf ihn zukommen kann. Ein Almsommer besteht nicht nur aus sonnigen Tagen und ein bisschen Vieh hüten. Natürlich gibt es das auch und nach dem Vieh zu schauen ist Teil der täglichen Arbeit – aber eben nur ein Teil. Neben den Sonnenphasen erschweren etliche nebelige und regnerische Tage die Tätigkeit – sicher im Herbst, aber mitunter gibt es sogar im Hochsommer Wintereinbrüche. Vor allem aber warten viel harte Arbeit und lange Tage.

Wenn man also diesen Traum schon lange hegt, konkret über eine Umsetzung nachdenkt und früh genug dran ist, kann man sich eventuell einen relativ realistischen Einblick verschaffen, indem man im Sommer davor eine Zeit lang auf der Alm mitanpackt und in das Arbeitsfeld hineinschnuppert. Entweder merkt man dann sehr schnell, dass die Bilder aus den Prospekten eben nur einen Teil der Realität widerspiegeln und ein ganzer Almsommer – wir reden hier von drei bis vier Monaten – vielleicht doch nichts für einen ist. Oder man infiziert sich mit dem „Almfieber“ und ist fortan Feuer und Flamme für die Alm. Beides ist möglich.

Hat man nicht so viel Zeit und ist eher kurzentschlossen, sollte man sich trotzdem bestmöglich vorbereiten. Diverse Kurse bieten eine

Grundausbildung für „Quereinsteigerinnen und Quereinsteiger“ in die Almwirtschaft.

Info

Im jährlich erscheinenden Bildungsprogramm Almwirtschaft sind alle almwirtschaftlich relevanten Kurse in Österreich übersichtlich dargestellt. Bei den Kursen ist für „Almanfänger“ bis hin zu „Almprofis“ die sich in speziellen Bereichen weiterbilden möchten was dabei. Der Bildungskatalog ist auf www.almwirtschaft.com download- und bestellbar.

Auf alle Fälle sollte man sich im Vorfeld die Punkte aus Kapitel 2 durch den Kopf gehen lassen.

Das gilt auch für Insider, also aus der Landwirtschaft stammendes zukünftiges Almpersonal. Mit einem landwirtschaftlichen Hintergrund weiß man natürlich viel besser über das Leben auf der Alm und die anfallenden Tätigkeiten Bescheid. Aber auch hier schadet es nicht, vorher ein paar Dinge zu bedenken.



Abbildung 1: Ein Sommer auf der Alm sollte gut überlegt sein. (© Barbara Kircher)

Autorin: DI Susanne Schönhart, ehemals Ländliches Fortbildungsinstitut Österreich & Almwirtschaft Österreich

2. Dinge, an die man denken sollte ...



© Barbara Kircher

2.1 ... sechs Monate vorher

• Almstellensuche

- Almwirtschaft Österreich
www.almwirtschaft.com
- zalp
www.zalp.ch
- Zeitungsinserate (einschlägige Fachzeitschriften aus der bevorzugten Region)

• Kontaktaufnahme, erstes gegenseitiges „Beschnuppern“ und Abklären grundlegender Rahmenbedingungen

- Um welchen Almtyp handelt es sich?
 - Galtvieh-/Jungviehalm?
 - Mutterkuhalm?
 - Melkalm?
 - Sennalm?
 - Gemischte Alm?
 - Schafalm?
 - Ziegenalm?
 - Pferdealm?
- Wo liegt die Alm?
- Was ist in groben Zügen mein Aufgabenbereich?
- Wie viele Läger/Staffeln gibt es?
- Wann ist Almauftrieb, wann ist Almabtrieb?
- Wie ist die Alm erschlossen?
 - Gibt es PKW-befahrbare Straßen?
 - Mit Traktor befahrbare Straßen?
 - Nicht erschlossen?
- Welche Infrastruktur ist vorhanden ...
 - ... für die Wasserversorgung?
 - ... für die Energieversorgung?
 - ... zum Heizen?
 - ... zum Melken?
 - ... für die Milchverarbeitung?
- Gibt es einen Almausschank?
- Welche Vorkenntnisse bzw. Vorerfahrungen werden erwartet?
- Wie sieht das Anstellungsverhältnis aus?
- Wie gestaltet sich die Entlohnung?
- Wie viele Arbeitsstunden pro Tag bzw. pro Woche werden durchschnittlich anfallen?
- Gibt es saisonale Schwankungen in der Arbeitsbelastung?
- Wie viele Personen werden, abgesehen von mir, auf der Alm arbeiten?
- Kann/Muss ich selbst das restliche Almpersonal organisieren?
- Wenn nein, wie kann ich die anderen Personen vorher kennenlernen?
- Ist die Alm für Kinder geeignet bzw. darf man Kinder mitbringen?
- Wie viele und welche Personen werden gelegentlich oder ständig auf der Alm sein?
 - Mitglieder der Bauernfamilie oder der Agrargemeinschaft
 - Jäger
 - Sonstige

Tipp

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance!

- **Aus- und Weiterbildungen überlegen und planen**
 - Muss/Soll ich eine Aus- und Weiterbildung im Bereich Almwirtschaft machen?
 - Welche Inhalte wären für mich sinnvoll?
 - Wo und wann kann ich eine Aus- oder Weiterbildung im Bereich Almwirtschaft absolvieren?
Ländliches Fortbildungsinstitut (www.lfi.at)
Almwirtschaft Österreich (www.almwirtschaft.com)

- **Lektüre Fachliteratur (Bücher, Broschüren, Fachunterlagen, Erfahrungsberichte, ...)**

Literatur-Tipp

LFI Österreich (Hrsg.) (2015): Fachunterlagen Almwirtschaft. Eigenverlag, Wien.

ZALP (Hrsg.) (2007): Neues Handbuch Alp. Handfestes für Alpleute, erstaunliches für Zaungäste. Zalpverlag, Mollis.

2.2 ... vier Monate vorher

- **Beratungen und Erkundigungen einholen über**
 - Anstellungsverhältnisse (Musterverträge)
 - Ortsübliche Entlohnung bzw. geltende Kollektivverträge
 - Versicherungen (Kranken-, Unfall-, Pensionsversicherung, Haftpflichtversicherung, ...)
- **Kennenlernen mit dem Almbewirtschafter organisieren**
- **Kennenlernen mit dem restlichen Almpersonal organisieren**

2.3 ... drei Monate vorher

- **Kennenlernen des Almbewirtschafters**
 - Grundlegende Werthaltung ausloten
Ist man sich sympathisch?
Gibt es grundlegende Auffassungsunterschiede?
 - Arbeitsbereiche abstecken
Was ist mein genauer Aufgabenbereich?
Wer setzt die Alm im Frühjahr instand?
Wer wintert die Alm im Herbst ein?
 - Vertragliche Punkte abklären
Beginn und Ende des Anstellungsverhältnisses?
Welche Art von Anstellung ist vorgesehen?
Gibt es eine Vorlage des Dienstvertrages zur Voransicht?
Welche Arbeiten und Leistungen umfasst der Vertrag?
Welche Arbeiten und Leistungen werden zusätzlich abgegolten?
Was sind die üblichen Arbeitszeiten (morgendliche Stallarbeit, Mittagspause, abendliche Stallarbeit, ...)?
Wann und wie lange darf man die Alm verlassen? Braucht es in der Zwischenzeit Ersatz?
Gibt es im Notfall jemanden, der einspringen kann? (Diese Frage sollte man unabhängig vom Almbewirtschafter auch sich selbst stellen.)
 - Warum ist das Almpersonal vom Vorjahr dieses Jahr nicht

mehr auf der Alm? Gibt es eine Möglichkeit, mit dem vorjährigen Almpersonal in Kontakt zu treten?

- **Kontakt zum vorjährigen Almpersonal herstellen, Besonderheiten erfragen und Tipps einholen**

2.4 ... zwei Monate vorher

- **Noch offene organisatorische Punkte abklären**

- **Vertrag abschließen**

- **Details klären zu**

- Instandsetzungsarbeiten
Welche Arbeiten sind vor dem Almauftrieb zu verrichten?
Wer kümmert sich im Frühling um die Instandsetzung der Hütte und Stallungen? (Lüften, Energie- und Wasserversorgung überprüfen, Melkmaschinenservice organisieren, ...)
Ab wann kann die Hütte bezogen werden?
Gibt es trockenes Holz?
Wer kümmert sich zu Beginn der Almsaison um Ersatzteile und Verbrauchsmaterialien (z. B. Diesel, Holz, Öl, Sicherungen, Glühbirnen, Reinigungsmittel, Melkmaschinenzubehör, Lab, ...)?
- Zäune
Wer errichtet die Zäune?
Wer stellt das Material und das Werkzeug zur Verfügung?
Wo wird das Material aufbewahrt?
Wer zeigt den Zaunverlauf bzw. die Grenzen?
Wer legt die Zäune im Herbst bis wann wieder ab?
- Tierbetreuung
Wie viele Tiere in welchen Alterskategorien werden auf der Alm erwartet?
Wie sehen die Ställe bzw. diverse Unterstände für die Tiere aus?
Welche sonstigen Einrichtungen gibt es für die Tiere auf der Alm (z. B. Klauenstand)?
Gibt es schriftliche Aufzeichnungen wie Zaunpläne, Weideeinteilung, Weidezeitpläne, ...?
- Auftreiber
Wie viele Auftreiber gibt es?
Wer ist wann von wem zu verständigen im Fall von ...
... Brunst der Tiere?
... Krankheit der Tiere?



Abbildung 2: Almhühner sind zuverlässige Eierlieferanten auf der Alm.
(© Susanne Schönhart)

... Verwerfen der Tiere?
... Tod der Tiere?

- Sonstige „Viechereien“
Gibt es Almschweine oder Almhühner?
Wenn ja, wie viele?
Wenn nein, darf man eigene mitbringen?
Gibt es einen (Hirten-)Hund auf der Alm?
Wenn ja, wie reagiert er auf Fremde?
Wenn nein, darf man einen eigenen Hund mitbringen?
Was hat im schlimmsten Fall mit Tierkadavern zu passieren?
- Hütte
In welchem Zustand ist die Hütte?
Welche Stromversorgung ist vorhanden?
Wie sieht die Wasserversorgung aus?
Ist ein Brunnen vor der Hütte oder vielleicht sogar Warmwasser in der Hütte?
Gibt es ein Telefon bzw. einen Handyempfang?
Wenn ja, welches Netz funktioniert?
Gibt es Internet oder eine Möglichkeit, gelegentlich seine E-Mails abzurufen (wenn man will)?
Wie sieht der Sanitärbereich aus?
Wo kann man die Wäsche waschen und wie?
Was ist mitzubringen (z.B. Geschirr, Putzmittel, Bettzeug, Bettwäsche, Handtücher, ...)?
Wie hat die Mülltrennung zu erfolgen?
Was passiert mit dem Müll?
Gibt es eine Liste mit vorhandenem Inventar?
Wie ist die Raumaufteilung?
Gibt es getrennte Schlafmöglichkeiten für das Almpersonal?
- Verpflegung
Ist Kost und Logis Teil der Entlohnung?
Wenn nein, wer ist für den Einkauf zuständig und wie kann man ihn organisieren?
- Almausschank/Gästebewirtung
Gibt es Gästebewirtung?
Wenn ja, wer ist dafür zuständig?
Wer macht die Preisgestaltung?
Was wird von mir erwartet?
Was ist wie aufzuzeichnen?

2.5 ... zwei Wochen vorher

- **Landkarte/Umgebungskarte der Alm im Maßstab 1:25.000 besorgen**
- **Überlegungen anstellen, was in den Koffer oder Rucksack muss**
 - Was brauche ich an Kleidung für die tägliche Arbeit im Stall, auf der Weide, in der Sennerei und für die Freizeit?
 - Habe ich genug pflegeleichte Funktionskleidung sowie Schuhe für alle Wetterlagen und Arbeitsbereiche oder muss ich noch etwas besorgen?
 - Welche Toilettenartikel brauche ich für die nächsten Monate?
 - Was benötige ich aus der Apotheke?
 - Welche Hilfsmittel bzw. welches Werkzeug brauche ich? (z. B. Arbeits- und Gummihandschuhe, Fernglas, Stirnlampe, Taschenlampe, Verbandszeug, Schere, Taschenmesser, ...)



Abbildung 3: Sind Kinder mit auf der Alm, muss die Packliste gut durchdacht sein.
(© Barbara Kircher)

- Welche persönlichen Dinge möchte ich mitnehmen? (z. B. Bücher, Spiele, Radio, Fotoapparat, Dokumente, Schreibunterlagen, ...)

- **Bekanntgabe der genauen Besuchs- und/oder Zustelladresse sowie der voraussichtlichen Dauer der Abwesenheit an Familie und Freunde**

- **Anreise organisieren**

2.6 ... zwei Tage vorher

- Umzug auf die Alm
- Alm- und Hüttenbegehung gemeinsam mit dem Almbewirtschafter (Details notieren, damit man später nachschauen kann!)
Gibt es eine fixe Weideeinteilung, die festlegt, welche Tiere in welchem Zeitraum auf welchen Weiden grasen sollen?
Welche Abfolge ist bei der Bestoßung der Flächen vorgesehen?
- Dos and Don'ts gemeinsam mit dem Almbewirtschafter durchgehen (Details notieren, damit man bei Bedarf nachschauen kann!)
Was muss wann, wie oft und wie gereinigt bzw. gewartet werden?
Was ist wie zu reparieren?
Wer ist dafür zuständig?
Wo sind die Verbrauchsmaterialien gelagert und wer kümmert sich um die Nachbestellung während des Sommers?
Worauf ist sonst noch zu achten?
- Zäune, Tränken und Infrastruktur auf Funktionsfähigkeit überprüfen und ggf. reparieren
- Wo finde ich Stricke, Halfter, Stallapotheke, Viehzeichenstift, Werkzeug, ...?
- Wichtige Adressen bzw. Kontaktdaten
Genauere Zustelladresse (auf der Alm freut man sich noch über Post)
Almbewirtschafter/Almbauer
Diverse Auftreiber
Tierarzt
Einkaufsmöglichkeiten
Arzt
Krankenhaus

2.7 ... beim Almauftrieb

Der Almauftrieb ist eine sehr hektische Zeit, trotzdem sind folgende Punkte mit dem Almbewirtschafter bzw. den Auftreibern unbedingt abzuklären:

- **Tierzahl und Zugehörigkeit (Auftriebsliste)**
 - Wie viele Tiere in welchen Alterskategorien von welchem Auftreiber sind nun konkret auf der Alm?
 - Wie viele davon haben eine Glocke? (Je mehr, desto besser!)
- **Wohin müssen die Tiere bei Unwetter und Wintereinbruch verbracht werden? Wen kann man um Hilfe bitten?**
- **Wer ist wann über was und welche Kanäle zu informieren?**
- **Wer trifft die Entscheidungen?**

2.8 ... während des Almsommers

Hat der laufende Almbetrieb Einzug gehalten und ist die stressige Zeit des Almauftriebs vorbei, zeichnet sich gutes Almpersonal vor allem durch eine genaue Beobachtungsgabe, Verantwortungsbewusstsein, Selbstständigkeit, Tierliebe und nicht zuletzt große Ausdauer sowie körperliche und psychische Belastbarkeit aus. Almsommer sind lange und verlangen dem Almpersonal viel ab. Daher ist es wichtig, auf gesunde Ernährung, genügend Schlaf und eine entsprechende Fitness zu achten. Darüber hinaus sollte man zusätzlichen Stress, der mitunter vielleicht sogar selbstgemacht ist, vermeiden. Dazu gehören unter anderem hütteninterne Querelen, die leicht entstehen, wenn mehrere Personen „am Werkeln“ sind. Auch wenn man sich prinzipiell gut versteht, verbringt man doch über Monate hinweg – sowohl bei der Arbeit als auch in der Freizeit – die meiste Zeit mit der gleichen kleinen Personengruppe und hat keine wirkliche Privatsphäre.

Folgende Punkte sollte man daher gleich zu Beginn der Almsaison hüttenintern mit den Kollegen diskutieren und fixieren:

- **Gibt es eine fixe Arbeitsteilung oder rotieren die Arbeitsbereiche?**
 - Sind diese von vornherein geklärt?
 - Muss man die Zuständigkeiten erst diskutieren?
- **Wie werden Garten, Hausarbeit und Kinderbetreuung organisiert?**
- **Wer hat welche Ressourcen, Stärken, Eigenheiten und „Macken“?**
- **Welchen Anspruch hat die Gruppe an die Beziehungen untereinander?**
 - Wollen wir „beste Freunde“ werden?
 - Reicht es, wenn wir uns gegenseitig „ertragen“ und nebeneinander erleben?
- **Wie werden die Besuche der Einzelnen gehandhabt? Gibt es Beschränkungen oder Regeln?**
- **Gibt es Rückzugsbereiche, die zu respektieren sind?**
- **Wird geraucht? Wenn ja, wo?**

- **Gibt es besondere Ernährungsansprüche (Allergien, Unverträglichkeiten, ...)?**

2.9 ... wenn es kracht

Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen und Punkte, die man sich im Vorfeld durch den Kopf gehen lässt, ist es sehr wahrscheinlich, dass während des Almsommers der Hüttensegen einmal schiefhängt. Entweder kracht es zwischen dem Almpersonal oder mit dem Almbewirtschafter.

Eine derzeit laufende Befragung unter Bewirtschaftern und Almpersonal zeigt, dass während eines Almsommers folgende Themen die Hauptkonfliktpunkte darstellen:

- **Persönlichkeit und Charakter**
- **Keine klaren Vereinbarungen**
- **Entlohnung (mit/ohne Vertrag)**
- **Finanzamt und Sozialversicherung (z. B. Studienbeihilfe, Pensionsversicherung, ...)**
- **Art der Tätigkeiten (z. B. Ausmisten, Schwenden, ...)**
- **Arbeitszeiten und Arbeitsdauer (Anzahl der Stunden je Tag)**
- **Länge des Almsommers (Arbeitszeitraum)**
- **Freizeitanspruch und Almbesuche**
- **Infrastrukturelle Almeinrichtungen (z. B. Wohnsituation, Erschließung, Mechanisierungsgrad, ...)**
- **Mitarbeiter**
- **Geringe fachliche Kompetenz des Almbewirtschafters**
- **Kontrollstellen (AMA, Lebensmittelkontrolle)**
- **Gästebewirtung**

Führt man sich diese Punkte vor Augen, ist es umso wichtiger, diese Themen im Vorfeld gemeinsam mit dem Almbewirtschafter und den Kollegen anzusprechen bzw. abzuklären, damit es nicht ungewollt zu bösen Überraschungen kommt.

Und wenn es trotzdem kracht, hilft es manchmal, eine Nacht darüber zu schlafen und am nächsten Tag das Gespräch zu suchen, um die offenen Punkte ausdiskutieren.

2.10 ... wenn es dem Ende zugeht

Wenn der Almsommer dem Ende zugeht, freut man sich oft schon auf die Rückkehr ins Tal. Trotzdem ist es wichtig, bereits an das nächste Jahr zu denken und die Alm für den Winter sowie den nächsten Almsommer vorzubereiten und ordnungsgemäß zu übergeben.

Folgende Punkte sollten u. a. dabei bedacht werden:

- **Wann ist Almbetrieb?**
 - Wie wird er organisiert?
 - Was ist meine Aufgabe bzw. was wird von mir erwartet?

- **Wer legt die Zäune ab und verstaut wie und wo das Material?**
- **Wann muss man die Hütte an wen übergeben und wie?**
- **Was muss mit ins Tal?**
- **Was bleibt auf der Hütte und muss wo und wie gelagert werden?**
- **Wer wintert die Alm ein? (z. B. Maschinen warten, putzen, Wasser ablassen, ...)**
- **Holzvorrat für den nächsten Almsommer kontrollieren und ggf. ergänzen (sofern das nicht schon während des Almsommers passiert ist)**
- **Inventarliste aktualisieren, Mängel- und Vorratsliste sowie Tipps für den nächsten Almsommer notieren**
- **Abreise planen**
- **Notwendige schriftliche Aufzeichnungen – wenn vorhanden – übergeben**

Autorin: DI Susanne Schönhart, ehemals Ländliches Fortbildungsinstitut Österreich & Almwirtschaft Österreich

Exkurs

Beschäftigung auf der Alm

Im Rahmen der Almbewirtschaftung besteht die Möglichkeit Personen als Dienstnehmer nach dem allgemeinen Sozialversicherungsgesetz (ASVG) zu beschäftigen. Die Mindestbedingungen für die Beschäftigung von Dienstnehmern finden sich in den Kollektivverträgen für Landarbeiter der jeweiligen Bundesländer bzw. den geltenden Landarbeitsordnungen. Vom Kollektivvertrag oder Gesetz abweichende Regelungen sind nur dann gültig, wenn sie für den Dienstnehmer günstiger sind. Insbesondere Unterentlohnung kann zu hohen Strafen führen.

Ausdrücklich wird darauf hingewiesen, dass es sich um Mindestlöhne für Hilfstätigkeiten handelt. Bei entsprechender fachlicher Qualifikation bzw. qualifizierter Tätigkeit besteht Anspruch auf höhere Löhne. Zu beachten ist auch, dass für bestimmte Tätigkeiten Zulagen (z.B. Schmutzzulagen) hinzuzurechnen sind. Informationen über den anzuwendenden Kollektivvertrag und Einstufungen sind beim zuständigen Arbeitgeberverband www.arbeitgeberverband.at, den Landeslandwirtschaftskammern www.lko.at oder der Landarbeiterkammer www.landarbeiterkammer.at erhältlich.

Für jeden Dienstnehmer sind Arbeitszeitaufzeichnungen (Beginn, Ende, Pausen) zu führen. Jeder Dienstnehmer ist vom Dienstgeber vor Beschäftigungsbeginn beim zuständigen Krankenversicherungsträger anzumelden. An die Sozialversicherung (Kranken-, Unfall-, Pensions- und Arbeitslosenversicherung inkl. aller Umlagen) sind derzeit vom Dienstnehmer 17,87 % und vom Dienstgeber 20,73 % vom monatlichen Anspruchslohn abzuführen.

Tabelle 1: Monatliche Mindestlöhne (brutto) für Hilfstätigkeiten (auf Basis 40-Stunden-Woche) in den einzelnen Bundesländern (Stichtag 01.11.2019)

Bundesland	Kollektivvertrag	Monatlicher Mindestlohn (brutto)
Kärnten	Kollektivvertrag für Guts- und bäuerliche Betriebe	€ 1.472,00
Niederösterreich	Kollektivvertrag für bäuerliche Betriebe	€ 1.379,46
Oberösterreich	Kollektivvertrag für bäuerliche Betriebe	€ 1.420,00
Salzburg	Kollektivvertrag land- und forstwirtschaftliche Betriebe	€ 1.559,00
Steiermark	Kollektivvertrag Guts- und bäuerliche Betriebe	€ 1.368,00
Tirol	Kollektivvertrag Landarbeiter	€ 1.782,00
Vorarlberg	Kollektivvertrag für Landarbeiter und Alppersonal	€ 1.498,83

Geringfügig Beschäftigte

Für geringfügig Beschäftigte hat der Dienstgeber lediglich die Unfallversicherung (1,2 %) sowie die Betriebliche Vorsorge (1,53 %) abzuführen. Für das Kalenderjahr 2020 beträgt die Geringfügigkeitsgrenze 460,66 €. Geringfügig beschäftigt ist, wer bei regelmäßiger Beschäftigung (Dienstverhältnis für einen Monat oder für unbestimmte Zeit) nicht mehr als die Geringfügigkeitsgrenze im Monat verdient.

Pensionisten

Der Zuverdienst bei der Invaliditäts- bzw. Erwerbsunfähigkeits- oder Korridor pension sowie der vorzeitigen Alterspension bei langer Versicherungsdauer ist monatlich mit 460,66 € (Geringfügigkeitsgrenze Wert 2020) begrenzt. Zu beachten ist hier insbesondere die Gefahr der Kürzung der Pension bzw. der Ausgleichszulage. Lediglich in der Alterspension zum Regelpensionsalter hat der Zuverdienst im Zusammenhang mit der Pensionsauszahlung keinen Einfluss, ist aber möglicherweise einkommensteuerpflichtig!

Praktikanten

Ferialpraktikanten sind Schüler oder Studenten, die ein im Rahmen des Lehrplanes oder der Studienordnung vorgeschriebenes Praktikum absolvieren. Es muss sich nachweislich um Schüler oder Studenten handeln, die im Betrieb auch entsprechend dieser Fachrichtung eingesetzt werden. Der Lern- und Ausbildungszweck und nicht die Arbeitsleistung steht in diesem Zusammenhang im Mittelpunkt des Tätigwerdens. Erhält der Schüler oder Student Taschengeld bzw. eine Praktikantenentschädigung (siehe auch Kollektivvertrag), ist er zur Sozialversicherung anzumelden. Steht nicht die Ausbildung im Vordergrund, sondern die Arbeitsleistung (z. B. persönliche Arbeitspflicht, Weisungsgebundenheit), hat die Entlohnung auf Basis der Arbeiter- oder Angestelltenlöhne des Kollektivvertrages zu erfolgen.

Autorin: Mag. Ulrike Österreicher, LK Österreich

3. Verpflegung für das Almpersonal

© LK NÖ, Elisabeth Heidegger

Ein Sommer auf der Alm ist häufig von schwerer körperlicher Arbeit geprägt, die richtig hungrig macht. Zu weiten Fußmärschen in steilem Gelände und anstrengenden Tätigkeiten wie Viehversorgung, Melkarbeit, Milchverarbeitung, Weidepflege, Gästebewirtung oder Zäunen kommt noch die Eigenversorgung im Hüttenhaushalt hinzu, die meist ohne modernen Komfort elektrischer Haushaltsgeräte bewerkstelligt werden muss.

Gerade bei starker Anstrengung schenkt uns eine ausgewogene, vielfältige und genussvolle Ernährung die notwendige Energie für einen gesunden Almsommer. Die Zutaten dafür liefern uns Nutztiere und die natürliche Almvegetation, ein klug angelegter Vorratschrank und mancherorts sogar ein Almgarten, in dem geeignete Gemüse und Kräuter gedeihen.

Almen ist – erweitert und oftmals bestätigt durch Empfehlungen der modernen Ernährungswissenschaft sowie einer nachhaltigen, ökologisch verträglichen Lebensweise – Ausgangspunkt für die vorliegenden Ausführungen.

Genussvolles, abwechslungsreiches und gesundes Essen auf der Alm ist möglich und auch vom Zeitaspekt her eine Alternative zu Packerlsuppe und Dosengulasch. Voraussetzung dafür sind qualitätsvolle Zutaten, Lust am Essen und Kochen, ein gut ziehender Herd, trockenes Brennholz sowie ein wenig Erfahrung im Haushalt. Letztere eignet man sich am besten durch Neugier, stetes Ausprobieren und das Lernen aus Fehlern an.

3.1 Bedeutung einer ausgewogenen, vielfältigen Ernährung für das Almpersonal

Sich gesund und köstlich zu ernähren ist ein Stück Achtsamkeit gegenüber sich selbst. So wie man für die Gesundheit der Tiere durch bestes Futter von den Almweiden sorgt, sollte man auch die eigene Gesundheit mit wohltuender Nahrung unterstützen. Und auch die Verwendung nachhaltig produzierter, saisonaler und regionaler Kochzutaten entspricht dem Selbstverständnis der Almwirtschaft.

Doch was ist überhaupt gesunde Ernährung? Vermutlich gibt es viele unterschiedliche Auffassungen darüber, was gesunde und schmackhafte Nahrung ist. Hierbei hängt auch viel von der Art und dem Umfang der täglichen körperlichen Arbeit bzw. der generellen gesundheitlichen Verfassung und den individuellen Vorlieben ab. Trotzdem ist erwiesen, dass ein ungesunder, einseitiger sowie fett- und zuckerlastiger Ernährungsstil, gepaart mit Bewegungsmangel, das Risiko für Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen stark erhöht.

Abseits verschiedener Ernährungsmoden, Gesundheitstrends und Esskulturen mit Gesundheitsanspruch sind die Empfehlungen der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung eine unumstrittene Leitlinie, die sich auch mit der Österreichischen Ernährungspyramide des Bundesministeriums für Gesundheit deckt und Folgendes empfiehlt:



Abbildung 4: Eine gute Jause bringt die nötige Energie für die oft schwere Arbeit auf der Alm. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Obwohl oder gerade weil unsere Vorfahren alle Vorräte zu Fuß hinauftragen und sicherlich auch Zeiten mit karger Kost hinnehmen mussten, hat sich eine reiche Tradition typischer und köstlicher Almgerichte entwickelt. Die traditionelle Esskultur unserer



Abbildung 5: Die Hüttenküche ist oft das Zentrum der Alm.
(© LK NÖ, Paula Pöchlauer-Kozel)

Info

- Zullererst sollte man auf eine **gesunde Flüssigkeitsversorgung** durch mindestens 1,5 l Wasser, ungesüßten Kräutertee oder verdünnten Fruchtsaft achten.
- Die Grundlage einer gesunden Ernährungsweise stellen **Gemüse, Obst und Hülsenfrüchte** dar, von denen täglich fünf Portionen gegessen werden sollten.
- Wichtigster Energielieferant sind, je nach Intensität der körperlichen Aktivitäten, vier bis fünf Portionen **Erdäpfel und Getreide**, wobei vorwiegend Vollkornprodukte empfohlen werden.

- Mit täglich drei Portionen **Milch und Milchprodukten** versorgt man sich optimal mit Eiweiß. Fisch, Fleisch, Wurst und Eier werden nicht täglich, sondern ein- bis dreimal wöchentlich empfohlen.
- **Fette und Öle** setzt man am besten nur sparsam (1–2 EL pro Tag), aber in bester Qualität ein.
- **Süßigkeiten, salzige Knabberien** und besonders **fette Speisen** sollten ebenso wie **alkohol- und stark zuckerhaltige Getränke** nur selten konsumiert werden.

3.1.1 Mehr Farbe ins Essen: Gemüse- und Obstversorgung auf der Alm

Wer selten ins Tal zum Einkaufen kommt und trotzdem täglich gesund essen möchte, kann auf traditionelle Möglichkeiten der Versorgung mit pflanzlichen Lebensmitteln zurückgreifen.

Lagergemüse

Zum einen gibt es gut lagerfähige Gemüsearten, von denen größere Mengen auf die Alm mitgenommen werden können. Dazu zählen Erdäpfel, Karotten, Zwiebel, Knoblauch, Sellerie, Pastinaken, Topinambur, rote Rüben, Kraut, aber auch Trockenbohnen, Spalterbsen und Linsen. Mit Äpfeln, Nüssen und Trockenobst kann man sich gesunde Zwischenmahlzeiten organisieren.

Die Alm-Ernährungspyramide

angelehnt an die Österreichische Ernährungspyramide des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (BMASGK)

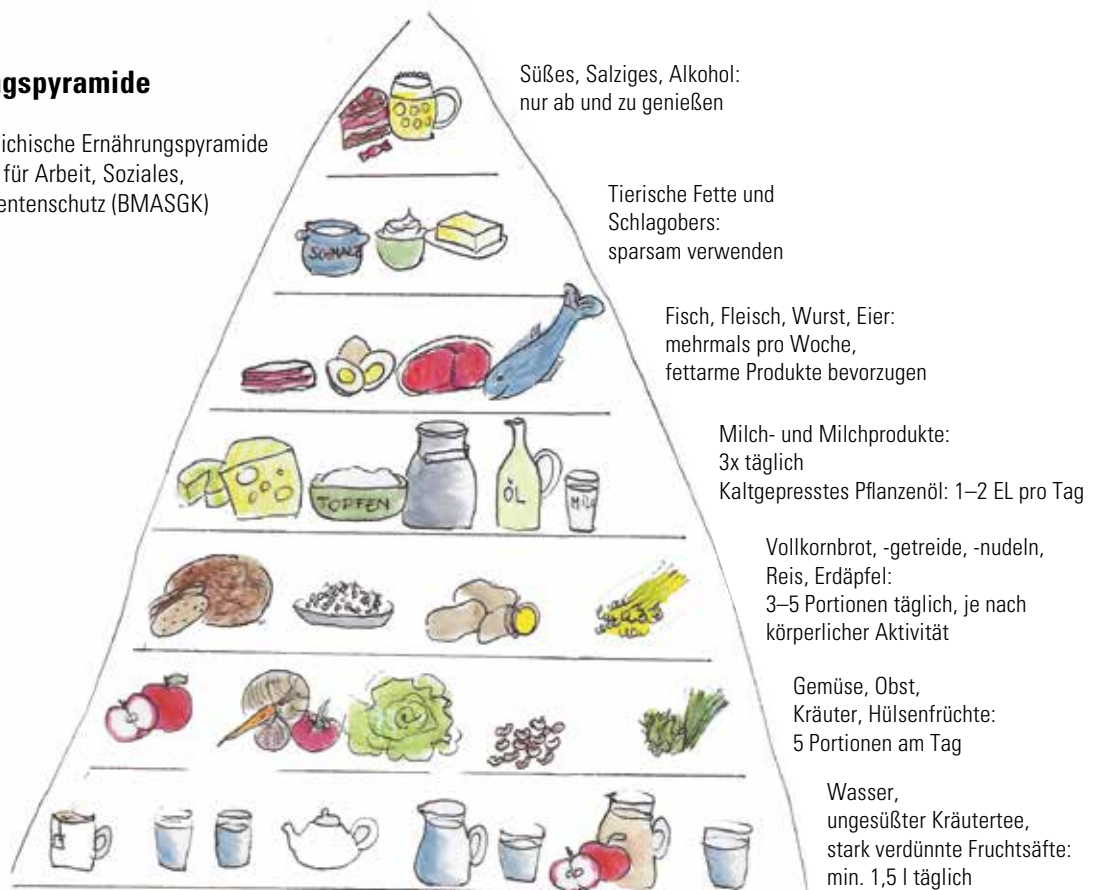


Abbildung 6: Alm-Ernährungspyramide – die vielseitige Zusammensetzung der Ernährung macht den Unterschied. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Auch das milchsauer vergorene Sauerkraut ist ohne Kühlschrank haltbar und liefert Vitamine und Mineralstoffe.



Abbildung 7: Lagergemüse kann in großen Mengen auf die Alm mitgenommen werden. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Wildobst, Wildkräuter, Speisepilze und Wildgemüse

Was wäre ein Almsommer ohne Schwammerln, Schwarzbeeren und Quendel? Doch auch Unbekannteres wie junger Almampfer, Breitwegerich oder junge Schafgarbenblätter und sogar Laub und Knospen können in köstliche und gesunde Salate, Suppen, Aufläufe, erfrischenden Tee oder Kompott verwandelt werden.



Abbildung 8: Quendel/wilder Thymian. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Frisches aus dem Almgarten: Pflanzen fürs raue Klima

Seit jeher haben viele Hütten einen Gemüsegarten. Klug angelegt, lassen sich die ganze Almsaison über Salat, Würzkräuter und Gemüse ernten. Selbst im Blumenkistl können Pflücksalat, Petersilie und Schnittlauch kultiviert werden. Mehr zum Almgarten und zu geeigneten Pflanzen finden Sie in Kapitel 4 dieser Broschüre.

3.1.2 Komplexe Kohlenhydrate liefern lang anhaltende Energie

Egal ob Brot, Sterz oder Kuchen – je vollwertiger das Ausgangsgetreide, desto länger macht es satt. Gerade in der Getreideschale befinden sich die wertvollen Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe, die wir dafür brauchen. Auch Erdäpfel sind wertvolle Kraftspender im anstrengenden Almalltag.



Abbildung 9: Vollkornbrot macht lange satt. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

3.1.3 Milch und Milchprodukte

Auf einer Melkalm wird die frische Milch sofort verarbeitet. Die reiche Palette an herrlich schmeckenden, gesunden Milchprodukten wertet den Speiseplan auf. Befindet man sich auf einer reinen Galtviehalm, kann man sich eine Milchziege organisieren oder zumindest versuchen, bei einer Nachbarhütte Milch für den Eigengebrauch zu bekommen, die man dann zu Sauermilch, Topfen und Sauerkäse weiterverarbeiten kann. Almmilch kann gesundheitlich von besonders hohem Wert sein, enthält sie doch eine große Menge an konjugierter Linolsäure (CLA), die Krankheiten wie Krebs, Arteriosklerose, Diabetes und Thrombosen vorbeugt.

Ansonsten ist man gezwungen, auf länger haltbare Milchprodukte aus dem Tal zurückzugreifen.



Abbildung 10: Milchprodukte und Käse werten den Speiseplan auf. (© Josef Obwegger)

3.1.4 Herzhaftes: Fleisch, Fisch und Eier

Früher war es selbstverständlich, sich ein paar Legehennen mit auf die Alm zu nehmen. Auch heute findet man auf vielen Hütten Hühnergärten, die man jedoch besonders vor dem Angriff von Greifvögeln und Raubtieren schützen muss. Kellerkühl gelagert, sind **Eier** ca. vier Wochen ab dem Legedatum haltbar und können so auch gut als Vorrat mit auf die Alm genommen werden.



Abbildung 11: Almhühner sind verlässliche Eierlieferanten. (© Susanne Schönhart)

Fleisch für die Alm – im besten Fall ist es Fleisch vom letzten Almsommer – wird durch Räuchern haltbar gemacht. So stellen Speck und Hartwurst die traditionelle Fleischversorgung auf Almhütten dar, halten sie doch – geschützt vor Fliegen und Mäusen – ungekühlt. Neben dem Jausnen lassen sich Selchfleischprodukte auch wunderbar als pikante Würze beim Kochen verwenden. Dabei werden sie in vergleichsweise geringen Mengen verwendet, was wiederum gesünder ist. Frischfleisch sollte rasch verkocht werden, größere Mengen kann man als kalten Braten etwas länger haltbar machen. Gebratenes Fleisch kann auch in Schmalz eingelegt, Schmorgerichte wie Ragout oder Gulasch in Rexgläsern sterilisiert und haltbar gemacht werden.



Abbildung 12: Almschweine verwerten die anfallende Molke auf der Alm und liefern die Grundlage für besten Almspeck. (© Susanne Schönhart)

Ein zu hoher Salzkonsum kann Bluthochdruck und Nierenleiden verursachen. **Salzarm und trotzdem würzig** werden Lebensmittel zubereitet, indem man viele Gewürze, Kräuter und würzige Gemüse wie Zwiebeln und Knoblauch verwendet.

3.2 Küchenalltag auf der Alm – Praxistipps und Rezepte

Hat man sich einmal mit dem Kochen am Holzherd angefreundet, gewöhnt man sich rasch an die etwas längere Aufheizzeit, die ganz nebenbei angenehme Raumwärme und Behaglichkeit liefert.

3.2.1 Zeit- und ressourcensparendes Kochen am Holzherd



Abbildung 13: Brennholz muss gut gelagert und trocken sein. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Kochen am Holzherd – eine Hilfestellung für den Alltag

- **Effizientes Kochen beim Frühstückrichten**

Während man frühmorgens das Wasser für das Frühstück erhitzt, kann man gleichzeitig Erdäpfel oder eine Suppe aufstellen, die dann mittags fertig in der Küche warten. Ähnliches gilt fürs Backrohr. Schmorgerichte oder Aufläufe können – nach dem letzten Nachheizen eingeschoben – von selbst fertigaren.

- **Einmal kochen, zweimal essen**

An besonders arbeitsintensiven Tagen freut man sich, wenn vom Vortag noch etwas übrig ist. Dies kann man gleich planen und mengenmäßig für zwei Tage vorkochen.

- **Eintopfgerichte sparen Geschirr und machen satt**

Häufig muss das Geschirr auf der Alm von Hand gewaschen werden. Das Abwaschen fällt nach einem Eintopfgericht wesentlich geringer aus als nach einem Menü mit drei Beilagen, die in verschiedenen Töpfen zubereitet werden müssen.

3.2.2 Lebensmittel sind kostbar

Gute Planung, regelmäßige Kontrolle der Vorräte und etwas Fantasie bei der Restverwertung sorgen dafür, dass nichts weggeworfen werden muss.

3.3 Rezepte

3.3.1 Gesunde Frühstücksideen

Warmes Apfel-Beeren-Müsli

100 g Vollkornflocken (Hafer, Dinkel, Weizen) und 2 EL Rosinen mit ein wenig heißem Wasser bedecken und quellen lassen. 1 Apfel fein schneiden oder reiben und mit einer Handvoll frischen Schwarzbeeren zum Müsli geben. ¼ l saure Milch oder Buttermilch unterrühren, mit etwas Zimt bestreuen und genießen.

Saure Milch mit Hadnsterz

1,5 l Wasser, Salz, 250 g Heidenmehl (Buchweizenmehl), 50 g Butter, 1 l saure Milch

Wasser zum Kochen bringen und salzen. Mehl auf einmal in den Topf schütten, damit sich in der Mitte ein Knödel bildet. 15 Minuten kochen lassen, mit einem Kochlöffelstiel in der Mitte ein Loch machen und weitere 10 Minuten sieden lassen. Danach überschüssiges Wasser abgießen, den Sterz in kleine Brocken verrühren, zerlassene Butter darübergießen, zudecken und ein wenig ausdünsten lassen. Sterz in Suppentellern anrichten, mit saurer Milch begießen und mit Kaffee genießen.

Topfenaufstrich mit Radieschen und Kräutern

250 g Topfen, frischer Quendel (Wildthymian) oder andere Almkräuter, Schnittlauch, Petersilie, Knoblauch, Kreuzkümmel, Pfeffer, Salz, Radieschen

Topfen mit zerdrücktem Knoblauch, fein gehackten Kräutern und Gewürzen verrühren. Radieschen waschen und in feine Scheiben schneiden.

Passt gut auf Vollkornbrot oder Weckerln.



Abbildung 14: Ein Topfenaufstrich ist schnell zubereitet.
(© LK NÖ, Elisabeth Heidegger)

Dinkelweckerln mit Kräutern und Karotten

500 g Dinkel-Vollkornmehl, 1 Pkg. Trockengerm, 1 TL Salz, 350 ml lauwarmes Wasser, 1 EL Öl, 1 große Karotte, Kräuter

Mehl mit Salz und Germpulver in einer großen Schüssel trocken verrühren, Öl und Wasser dazugeben und mit einem Kochlöffel so lange durchschlagen, bis der Teig geschmeidig ist und nicht mehr klebt. Das ist anstrengend und dauert mind. 10 Minuten, vielleicht auch länger. Danach den Teig leicht mit Mehl bestäuben, mit ei-

nem sauberem Geschirrtuch zudecken und an einem warmen Ort aufgehen lassen. Inzwischen den Ofen gut vorheizen, und zwar gerade so heiß, dass während des Backens nicht mehr nachgeheizt werden muss. Nach dem Aufgehen die fein geriebene Karotte und gehackten Kräuter einkneten, Weckerln oder längliche Brote formen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen, noch einmal ca. 10 Minuten aufgehen lassen und backen.

3.3.2 Leichte Sommerkost

Salat mit warmen Erdäpfeln und Speck

Pro Person 2 Handvoll gewaschenen, in mundgerechte Stücke zerkleinerten Blattsalat, 3 mittelgroße Erdäpfel, 50 g Speck, 1 kleine Knoblauchzehe, Kürbiskernöl, Apfelessig, Salz, Pfeffer

Erdäpfel kochen, schälen und blättrig geschnitten auf dem Salat verteilen, diesen mit Kernöl, gepresstem Knoblauch, Essig, Salz und Pfeffer marinieren.

Speck in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne knusprig braten, auf Küchenpapier abtropfen lassen und über den Salat streuen.

Topfenreikerln

1/4 kg Topfen, 1 Ei, 2 EL Mehl, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 4 EL gehackte Kräuter (Thymian, Petersilie, Minze, Wildkräuter, ...), Pflanzenöl oder Butterschmalz zum Braten

Alle Zutaten zu einem Teig verrühren, Fett in einer Pfanne erhitzen, mit einem Löffel Teighäufchen ins heiße Fett setzen, etwas flachdrücken und unter Wenden hellbraun braten. Mit grünem Salat servieren.

Schnelle Kräutersuppe mit Ei und Käse

4 Handvoll essbare Wildkräuter (junge Blätter von Löwenzahn, Gänseblümchen, Brennnesseln, Gundelrebe, Taubnesseln, Kohlkraatzdistel, Wegerich, Frauenmantel, ...), 2 EL Butter oder Öl, 2 EL Mehl, 2 Eier, 150 g Hartkäse, Salz, Pfeffer

Kräuter putzen und fein schneiden. Fett in einem Topf erhitzen, Mehl dazugeben und kurz durchrühren, mit 1 l Wasser aufgießen. Gehackte Kräuter und Gewürze dazugeben und unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen aufkochen lassen. Topf vom Feuer nehmen, Eier unter Rühren einsprudeln und stocken lassen, Käsewürfel einstreuen und sofort servieren.

Sauerkrautsalat mit Kernöl

Sauerkraut mit etwas Kürbiskernöl marinieren, gut durchrühren und genießen.

Schwammerlstrudel

250 g glattes Mehl, 130 ml lauwarmes Wasser, 1 TL Salz, 1 EL Öl, 1 Spritzer Essig, 1/2 kg geputzte Speisepilze, 1/4 kg gekochte, geschälte Erdäpfel, 1–2 gehackte Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 2 Eier, 4–6 EL Semmelbrösel, Salz, Pfeffer, gehackte Petersilie, Öl zum Braten, 100 g zerlassene Butter, großes, sauberes Geschirrtuch, 250 g saurer Rahm, Salz, Pfeffer, Knoblauch, Kräuter

Mehl, Wasser, Öl, Salz und Essig zuerst mit dem Kochlöffel, dann mit den Händen zu einem geschmeidigen Teig verkneten und eine Kugel formen. Diese mit Öl bestreichen und 1 Stunde rasten lassen. Zwiebel in Öl anbraten, Schwammerln, Knoblauch und Gewürze dazugeben und so lange dünsten, bis ein Großteil des Wassers

verdampft ist. Überkühlte Masse mit geschnittenen Erdäpfeln, Ei, Petersilie und Bröseln vermengen.

Strudelteig auf einem bemehlten Tuch mit dem Nudelwalker ausrollen, danach mit den Händen zu einem dünnen Teig ausziehen, mit zerlassener Butter beträufeln. Fülle aufstreichen, Teigränder mit Butter bestreichen, einklappen und mithilfe des Tuchs vorsichtig zusammenrollen. Strudel in eine befettete Rein legen, mit Butter bestreichen und 30–50 Minuten im Rohr goldbraun backen. Aus Sauerrahm, Gewürzen und Kräutern einen würzigen Kräuterrahm bereiten und mit dem warmen oder kalten Strudel genießen.

3.3.3 Warme Sattmacher

Erdäpfelintopf mit Pilzen und Wurst

1/2 kg Erdäpfel, 1–2 Zwiebeln, 1/4 kg Wurzelgemüse (Karotten, Sellerie, ...), 2 Handvoll geputzte Speisepilze, 1/4 l Rahm, 1–2 Hartwürstel, Salz, Pfeffer, Kümmel, 2 Lorbeerblätter, Majoran, Petersilie, Speiseöl

1 Erdapfel fein reiben, restliche Erdäpfel und Wurzelgemüse schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel fein hacken, Pilze fein schneiden.

Zwiebel anbraten, Pilze dazugeben und braten, bis das meiste Wasser verdampft ist. Mit 1 l Wasser aufgießen, Erdäpfel und Gemüse dazugeben, würzen und weich kochen. Kurz vor dem Servieren Rahm und die in feine Scheiben geschnittene Wurst dazugeben, kurz mitkochen, mit gehackter Petersilie bestreuen und servieren.

Geschmortes Ofengemüse

1,5 kg Erdäpfel, Zwiebeln, Karotten, Sellerie, Pastinaken, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Quendel oder Thymian, Oliven, Olivenöl

Gemüse schälen, in grobe Stücke zerteilen und in eine Ofenrein geben. Geschälte ganze Knoblauchzehen, Oliven, Gewürze und Kräuter dazugeben, mit Olivenöl begießen und gut durchrühren. In den heißen Ofen schieben und weich braten.

3.3.4 Süße Köstlichkeiten

Almampferkuchen

3 Eier, 200 g Zucker, 250 g glattes Mehl, 125 g weiche Butter, 1/4 l saurer Rahm, 1 TL Backpulver, 4 Handvoll geputzte Stängel vom jungen Almampfer (ersatzweise Rhabarber), Zimt

Ampferstängel in 3 cm große Stücke schneiden, mit Zimt und 100 g Zucker in ein Reindl geben, mit Wasser knapp bedecken, einige Minuten garen und abtropfen lassen, den Saft als Getränk verwerten. Eier trennen und Schnee schlagen. Butter, Dotter und Zucker abrühren. Trockenes Mehl mit Backpulver vermengen, mit Rahm in die Dottermasse einrühren und den geschlagenen Schnee unterheben. In eine gefettete Form streichen, mit abgetropftem Ampfer belegen und im vorgeheizten Rohr goldgelb backen.

Schwarzbeer-Topfen-Strudel

Strudelteig siehe Rezept „Schwammerlstrudel“ unter Punkt 3.3.2; 1/2 kg Topfen, 1/4 kg Schwarzbeeren, 200 g Zucker, 125 g Butter, 3 Eier, 100 g Grieß, geriebene Schale einer unbehandelten Zitrone, 100 g zerlassene Butter

Zucker mit 125 g weicher Butter und Eiern verrühren, Topfen, Zitronenschale und Grieß dazurühren.

Teig auf einem bemehlten Tuch ausziehen, 2/3 des Teigs mit der



Abbildung 15: Die Zutaten sind bereits gepflückt. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Topfenmasse bestreichen, Schwarzbeeren darüberstreuen, Ränder mit zerlassener Butter bestreichen, einklappen und mithilfe des Tuchs einrollen. Strudel in eine befettete Rein geben, mit Butter bestreichen und backen.

Grießschmarren mit Apfel-Preiselbeeren-Kompott

Grießschmarren

1/4 kg Dinkel-Vollkorn Grieß, 75 g Butter oder Pflanzenöl, 1/2 l Milch, Salz, 1 Ei, Rosinen, geriebene Schale einer unbehandelten Zitrone

Kalte Milch mit Salz und Ei versprudeln. Butter oder Öl in einer ofenfesten Rein am Herd erhitzen, Grieß durchrösten, Milchgemisch und Rosinen dazurühren und einmal aufkochen lassen. Danach im heißen Rohr ca. 1/2 Stunde goldbraun backen, in Stücke bröseln und servieren.

Apfel-Preiselbeeren-Kompott

1 kg Äpfel, 1 Stange Zimt, unbehandelte Zitronenschale, Wasser, Rohrzucker oder Honig nach Bedarf, Preiselbeeren – frisch oder aus dem Glas

Äpfel schälen, entkernen und in Scheiben schneiden. Mit Wasser bedecken und, wenn vorhanden, frische Preiselbeeren, Zimtrinde und Zitronenschale dazugeben, 2–3 Minuten kochen. Nach Bedarf sparsam süßen.

Preiselbeeren aus dem Glas erst nach dem Kochen einrühren.

Blütenpudding

1 Handvoll essbarer Wildkräuterblüten (Quendel, Rotklee, Taubnesseln, Gänseblümchen, Braunelle, Heckenrose, Löwenzahn, ...), 1 Pkg. Vanillepuddingpulver (oder entsprechende Menge Speisestärke), 1/2 l Milch, 3 EL Zucker

Einige schöne Blüten als Dekoration aufheben. Puddingpulver oder Stärke mit 100 ml kalter Milch und Zucker verrühren. Restliche Milch zum Kochen bringen, Milch-Stärke-Gemisch einrühren und 1 Minute kochen lassen. Topf vom Feuer nehmen, Blüten einrühren und in kalt ausgespülte Schüsseln oder Tassen füllen. Abkühlen lassen, Formen kurz in heißes Wasser tauchen, auf Teller stürzen, mit Blüten bestreut servieren.

Autorin: DI Lena Uedl-Kerschbaumer,
Ingenieurbüro für Landschaftsplanung, Afritz

4. Der Almgemüsegarten



© Lena Uedl-Kerschbaumer

Ein Hüttengarten kann den Speiseplan eines Almsommers mit frischem Salat, würzigen Kräutern und knackigem Gemüse bereichern. Unter Beachtung einiger Grundprinzipien und der Verwendung passender Kulturarten lässt sich eine gute Ernte erzielen. Auch wenn der Almsommer kurz und daher die Auswahl der geeigneten Gemüsesorten beschränkt ist, hat der „Hochlagen-Gemüsebau“ auch Vorteile. So finden viele lästige Schädlinge, die man aus dem Tal kennt, den Weg auf die Alm nicht.

4.1 Der richtige Standort

Vergleicht man verschiedene, gut gedeihende Almgärten, haben sie vieles gemeinsam. Sie alle liegen an einem voll sonnigen, windgeschützten Platz nahe der Hütte und unweit vom Brunnen, damit man bei trockenem Wetter die Gießkanne nicht weit tragen muss. Der Boden ist tiefgründig, locker und feinkrümelig und wird jedes Jahr mit gut verrottetem Mistkompost gedüngt.

Mancherorts sind die Beete mit Lärchenbrettern eingefasst, das schafft eine gute Trennung zwischen Weg und Beet, schützt die Pflanzen vor dem Wind und sorgt dafür, dass die gute Gartenerde nicht so leicht vom Regen weggeschwemmt wird.

Ein guter Zaun schützt den Garten vor Tierverschiss durch Weidevieh und Wild.

Weil das Wetter manchmal auch zu den Pflanzen sehr grimmig ist, werden empfindliche Kulturen vielerorts durch Abdeckungen aus Vlies oder Folie geschützt und früher zum Reifen gebracht.

4.2 Einteilung in Beete und Rabatten – die kluge Ordnung

Gleich wie bei den Bauerngärten im Tal bewährt sich auch bei den Almgärten eine kluge Trennung von einjährigen Kulturen und mehrjährigen Pflanzen. Zu Letzteren gehören mehrjährige Küchenkräuter wie Schnittlauch oder Liebstöckl, Tee- und Heilkräuter wie

Minzen und mehrjährige Blütenstauden wie Rittersporn, Herbstastern oder Bartiris. Sie würden bei der regelmäßig erforderlichen Bodenbearbeitung im Gemüsebeet im Weg stehen und werden daher in schmale Rabatten am Rand gepflanzt. So bieten sie eine attraktive und schützende Umrahmung der Beete im Garten.

4.3 Welche Gemüse, Kräuter und Blumen eignen sich für die Alm?

Die Vegetationszeit auf der Alm ist wesentlich kürzer als im Tal. Für Gemüse mit sehr langer Kulturdauer reicht die Zeit bis zur Ernte nicht. Deshalb gedeihen am besten Arten, die auch im Tal rasch, also spätestens im Juli, geerntet werden können.

Statt dem Ansäen verwendet man vorkultivierte Pflanzen, die man auf die Alm mitnimmt, mit Ausnahme schneller Ansaaten wie Radieschen, Vogerlsalat oder Rucola.



Abbildung 16: Almgärten sollten windgeschützt in Hüttennähe angelegt werden. (© Susanne Schönhart)

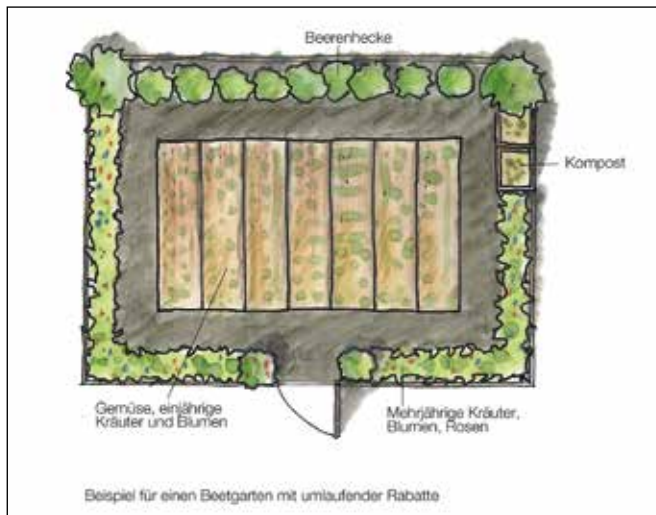


Abbildung 17: Eine gut überlegte Einteilung der Beete erleichtert die Bewirtschaftung des Gartens. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Merke

Welche Gartenpflanzen auf der Alm besonders gut gedeihen, hängt auch vom Beginn der Gartensaison, von der Höhenstufe, der Exposition und Neigung und vom besonderen Kleinklima des Gartens ab.

4.4 Gut geeignete Almgartenpflanzen

4.4.1 Einjährige Kulturen

Erfrischende Salate

Grundsätzlich eignen sich alle Sommersalatsorten wie Kopfsalate (z. B. Grazer Krauthäuptel, Eissalat oder Maikönig), Schnittsalate und Pflücksalate wie Lollo Rosso, Lollo Bionda oder Eichblattsalat. Letztere gedeihen auch hervorragend im Kistl am Fensterbrett. Werden nur die untersten Blätter geerntet, bilden sich laufend neue Jungblätter. Zum Schluss kann sogar der Stängel verzehrt werden. Salate sind Schwachzehrer und kommen mit mäßig gedüngtem Boden gut zurecht.



Abbildung 18: Salate sind Schwachzehrer und kommen mit mäßig gedüngten Böden aus. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Knackiges für die Jause

Radieschen, Kohlrabi und Weißer Rettich gehören zur Familie der Kohlgewächse, wachsen schnell und kommen gut mit rauherem Klima zurecht. Sie lieben nährstoffreiche Erde und freuen sich über eine gleichmäßige Wasserversorgung.



Abbildung 19: Kohlrabi und Radieschen wachsen schnell und kommen gut mit rauherem Klima zurecht. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Weißkraut und Blaukraut

Das ebenso zu den Kohlgewächsen gehörende Kraut hat dieselben Bodenansprüche wie der Kohlrabi und bekommt in Almgärten mit milderem Klima stattliche Köpfe.



Abbildung 20: Kraut kann unter guten Bedingungen stattliche Köpfe ausbilden. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Suppenkräuter

Auch wenn die Pflanzen vielleicht nicht ganz reifen: Aus Blättern von Jungzwiebeln, Porree (Lauch), Sellerie und Blatt Petersilie lassen sich feinwürzige Suppen und Gemüsegerichte zaubern.

Erdäpfel – die Bergfexe unter den Pflanzen

In ihrer Heimat Südamerika werden Kartoffeln bis 4.000 m Seehöhe angebaut. Das Wachsen im Almgarten ist dagegen schon fast ein Sommerurlaub im Tal. Wichtig ist, dass die Knollen schon recht früh in die Erde kommen, damit sie noch rechtzeitig geerntet werden können.



Abbildung 21: Erdäpfel müssen früh in die Erde kommen, damit sie rechtzeitig geerntet werden können. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

4.4.2 Mehrjährige Kulturen

Mehrjährige Kräuter

Gewürzkräuter wie Liebstöckel und Schnittlauch treiben in guter Erde von Jahr zu Jahr kräftiger aus. Auch Teepflanzen wie Melisse und Pfefferminze kommen mit höheren Lagen gut zurecht und freuen sich über eine Düngung.



Abbildung 22: Mehrjährige Kräuter rahmen das Gemüsebeet ein. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

Als Abwechslung zum wild wachsenden Quendel kann eine Vielfalt an unterschiedlichen Thymiansorten zu köstlichen Aromen beitragen. Wie am Wildstandort liebt auch der Gartenthymian die Nähe wärmespeichernder Steine und einen voll sonnigen und mageren, also nährstoffarmen Standort.

Blumen, die Nahrung für die Seele

In einer mehrjährigen Almgartenrabatte finden sich auch viele Blütenstauden wie etwa Rittersporn, Steinnelke oder Tränendes Herz und sorgen ohne viel Zutun für eine bunte Blütenvielfalt vor der Hütte.



Abbildung 23: Blumen um die Hütte erfreuen das Auge. (© Lena Uedl-Kerschbaumer)

4.4.3 Empfindliche Kulturen im Topf

Basilikum, Majoran oder andere kälteempfindliche Gewächse fühlen sich eher auf geschützten Fensterbänken oder auf der Veranda im Blumentopf wohl und sollten bei Schlechtwettereinbrüchen vorübergehend in die Hütte gestellt werden.

Autorin: DI Lena Uedl-Kerschbaumer,
Ingenieurbüro für Landschaftsplanung, Afritz

5. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Ein Sommer auf der Alm sollte gut überlegt sein. (© Barbara Kircher)	6	Abbildung 13: Brennholz muss gut gelagert und trocken sein. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	15
Abbildung 2: Almhühner sind zuverlässige Eierlieferanten auf der Alm. (© Susanne Schönhart)	8	Abbildung 14: Ein Topfenaufstrich ist schnell zubereitet. (© Elisabeth Heidegger).....	16
Abbildung 3: Sind Kinder mit auf der Alm, muss die Packliste gut durchdacht sein. (© Barbara Kircher).....	9	Abbildung 15: Die Zutaten sind bereits gepflückt. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	17
Abbildung 4: Eine gute Jause bringt die nötige Energie für die oft schwere Arbeit auf der Alm. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	12	Abbildung 16: Almgärten sollten windgeschützt in Hüttennähe angelegt werden. (© Susanne Schönhart).....	18
Abbildung 5: Die Hüttenküche ist oft das Zentrum der Alm. (© Paula Pöchlauer-Kozel)	13	Abbildung 17: Eine gut überlegte Einteilung der Beete erleichtert die Bewirtschaftung des Gartens. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	19
Abbildung 6: Alm-Ernährungspyramide – die vielseitige Zusammensetzung der Ernährung macht den Unterschied. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	13	Abbildung 18: Salate sind Schwachzehrer und kommen mit mäßig gedüngten Böden aus. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	19
Abbildung 7: Lagergemüse kann in großen Mengen auf die Alm mitgenommen werden. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	14	Abbildung 19: Kohlrabi und Radieschen wachsen schnell und kommen gut mit rauherem Klima zurecht. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	19
Abbildung 8: Quendel/wilder Thymian (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	14	Abbildung 20: Kraut kann unter guten Bedingungen stattliche Köpfe ausbilden. (© Lena Uedl-Kerschbaumer) ...	19
Abbildung 9: Vollkornbrot macht lange satt. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	14	Abbildung 21: Erdäpfel müssen früh in die Erde kommen, damit sie rechtzeitig geerntet werden können. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	20
Abbildung 10: Milchprodukte und Käse werten den Speiseplan auf. (© Josef Obwegger)	14	Abbildung 22: Mehrjährige Kräuter rahmen das Gemüsebeet ein. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	20
Abbildung 11: Almhühner sind verlässliche Eierlieferanten. (© Susanne Schönhart).....	15	Abbildung 23: Blumen um die Hütte erfreuen das Auge. (© Lena Uedl-Kerschbaumer).....	20
Abbildung 12: Almschweine verwerten die anfallende Molke auf der Alm und liefern die Grundlage für besten Almspeck. (© Susanne Schönhart).....	15		

6. Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Monatliche Mindestlöhne (brutto) für Hilfstätigkeiten (auf Basis 40-Stunden-Woche) in den einzelnen Bundesländern (Stichtag 01.11.2019).....	11
---	----

7. Literaturverzeichnis

BUNDESMINISTERIUM FÜR ARBEIT, SOZIALES, GESUNDHEIT und KONSUMENTENSCHUTZ (2019): <https://www.gesundheit.gv.at/leben/ernaehrung/info/ernaehrungspyramide/ernaehrungspyramide>.

KIRCHER, B., HARDER, A., VELIK, M. (2014): Biodiversität der Genüsse in den Bergen. Fettsäuremuster von Kärntner Almmilch sowie Alm-Jungrindfleisch. Projektabschlussbericht.

MACHATSCHEK, M. (2000): Nahrhafte Landschaft. Böhlau-Verlag, Wien.

ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG (2014): Mengenvorschlagstabellen. In: Die 10 Ernährungsregeln der ÖGE. www.oege.at

ZALP (Hrsg.) (2007): Neues Handbuch Alp. Handfestes für Alpleute, erstaunliches für Zaungäste. Zalpverlag, Mollis.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Almwirtschaft Österreich, Postfach 73, 6010 Innsbruck
Ländliches Fortbildungsinstitut Österreich,
Schauflegasse 6, 1015 Wien

Medieninhaber:

Ländliches Fortbildungsinstitut Österreich,
Schauflegasse 6, 1015 Wien

Redaktion:

 DI Susanne Schönhart

Für die Überarbeitung redaktionell verantwortlich: DI Markus Fischer

Gestaltung: G&L Werbe und Verlags GmbH, Kundmangasse 33/8,
1030 Wien, www.gul.at

Druck: Print Alliance, gedruckt auf
PEFC-zertifiziertem Papier nach der
UZ-Richtlinie UZ-24.



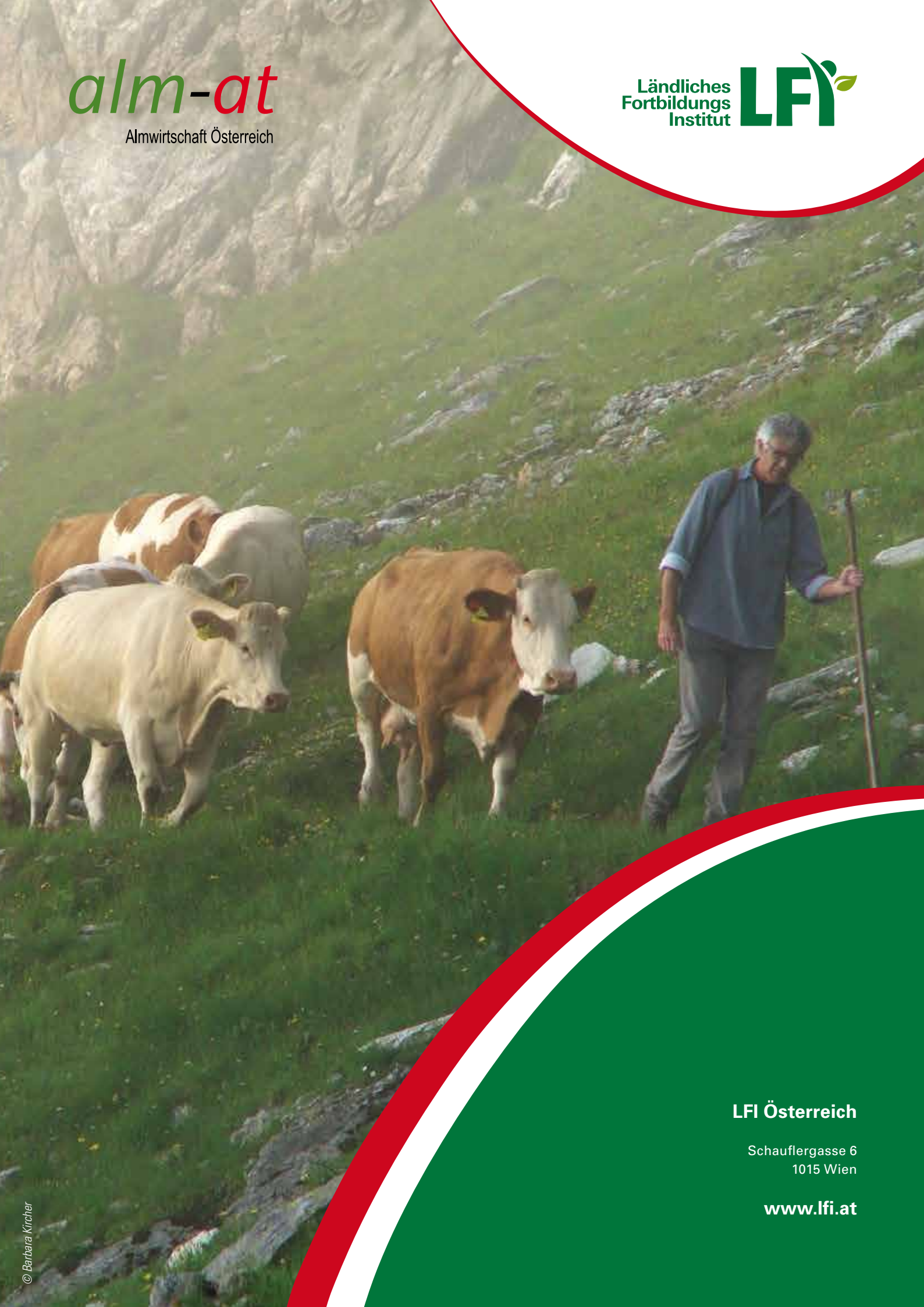
Alle Inhalte vorbehaltlich Druck- und Satzfehler. Hinweis im Sinne des Gleichbehandlungsgesetzes: Aufgrund der leichteren Lesbarkeit sind die verwendeten Begriffe, Bezeichnungen und Funktionstitel zum Teil nur in einer geschlechtsspezifischen Form ausgeführt, stehen aber sowohl für männliche als auch weibliche Personen.

Die Erstellung der Unterlagen erfolgte nach bestem Wissen und Gewissen der Autoren. Autoren und Herausgeber können jedoch für eventuell fehlerhafte Angaben und deren Folgen keine Haftung übernehmen. Alle Rechte vorbehalten.

Redaktionsschluss: Wien, Juni 2015.

Info

Alle Broschüren aus der Reihe „Fachunterlagen Almwirtschaft“ finden Sie auch als Download auf der Seite des LFI Österreich www.lfi.at bzw. der Almwirtschaft Österreich www.almwirtschaft.com. Nötige Adaptierungen und Aktualisierungen werden ebenfalls dort in digitaler Form zur Verfügung gestellt.



LFI Österreich

Schauflergasse 6
1015 Wien

www.lfi.at