

---

# Pressespiegel 16. Juli 2019

## Nikolaihof

---

### Clippings

- |  |        |
|--|--------|
| <b>1. Kraftvoll genießen</b>                   | S. 1-2 |
| <i>NÖN Gesamtausgabe, 29/2019/S. A4, 5</i>     |        |
| <b>2. AUS DER SZENE</b>                        | S. 3   |
| <i>NÖN Gesamtausgabe, 29/2019/S. 14</i>        |        |
| <b>3. „Dritter Streich“ gelang mit Tochter</b> | S. 4   |
| <i>NÖN Krems, 29/2019/S. 20</i>                |        |
| <b>4. Sogar Sepp Forcher bekehrt</b>           | S. 5   |
| <i>NÖN Krems, 29/2019/S. 88</i>                |        |



# Kraftvoll genießen

Sehr oft zieren Blüten und Kräuter die Speisen von Christine Saahs vom Nikolaihof in Mautern, immer aber bestehen sie aus Bio- und Demeter-Zutaten.

Salate mit Blüten und Wildkräutern zählen zu Christine Saahs Lieblingsrezepten. „Wenn es die Jahreszeit erlaubt“, schreibt sie in ihrem neuen Buch, „verwende ich fast immer Blüten und Kräuter, um meine Gerichte wertvoller und schöner zu machen.“

Und so findet sich in „Kochen mit der Kraft der Natur – Wie die Liebe in den Kochtopf kommt“ zum Beispiel ein Rezept für Kapuzinerkresse-Salat und eines für Brennnessel-Salat. Dazu passend auch eines für Leinsamencracker.



Jetzt ist Zeit für Marillen – und vielleicht auch für Marillenbutter.  
Foto: Ulrike Köb/Brandstätter Verlag

## Marillenbutter

**Zutaten** (für zwei Personen):  
125 g zimmerwarme Butter  
2 bis 3 vollreife Marillen  
1 TL Kräutersalz  
etwas fein geriebene, gefrorene Zitrone, eventuell Honig

**Zubereitung:** Butter in einer Schüssel mit einem Schneebesen oder Mixer cremig rühren. Marillen entkernen, fein hacken und mit Salz und Zitrone gründlich unter die Butter rühren. Abschmecken, falls die Marillen nicht süß genug sind, etwas Honig beifügen. Butter in Gläser oder Becher füllen, im Kühlschrank fest werden lassen. Vor dem Servieren Gefäße kurz in heißes Wasser tauchen und die Butter auf Teller stürzen.



Christine Saahs,  
„Kochen mit der Kraft der Natur“,  
Brandstätter Verlag

Koch-Fans können sich im mittlerweile dritten Kochbuch von Christine Saahs aber auch von Rehragout mit Wurzelgemüse verführen lassen, Weintrauben-Strudelpäckchen zaubern oder Zucchini-ringe füllen. Basis für Saahs' Gerichte sind nach Demeter-Richtlinien gezogenes Gemüse und Obst. Seit über 45 Jahren beschäftigt sie sich bereits mit dem Thema. Am Nikolaihof in Mautern, dem ältesten Weingut Österreichs, den sie mit ihrem Mann Nikolaus führt, wird in allen Bereichen biodynamisch gearbeitet: bei der Herstellung des Weines wie in der Küche der bio-zertifizierten Weinstube.

### Böden für mehr Lebenskraft

Worum es bei Demeter geht? Wer nach den Richtlinien von Demeter produziert, verzichtet auf chemische Düngung. Demeter ist nicht nur bio plus, erläutert Andreas Höritzauer, Obmann von Demeter Österreich. Es sei ganzheitlicher, sagt er. „Ein konventioneller Betrieb möchte den Boden nutzen,

ein biologischer Betrieb den Boden erhalten, ein Demeter-Betrieb den Boden entwickeln.“ Es geht um die Kraft der Lebensmittel. Man achtet auf den Fruchtwechsel, bearbeitet den Boden umsichtig. Gedüngt wird mit Kompost, Gründüngung und biodynamischen Präparaten, gewonnen aus Heilpflanzen, Kuhmist, Bergkristall und tierischen Hüllen. Sie fördern die Entwicklung der Pflanzen und ihre Lebenskräfte.

Die Pflanzen seien deutlich weniger anfällig für Erkrankungen, erläutert Saahs' Tochter, die ebenfalls Christine Saahs heißt, Kinderärztin und Mitautorin des Buches ist.

Von all solchen Vorteilen kann der Mensch profitieren. So müssten beispielsweise Demeter-Kindernahrung keine Zusatzstoffe zugesetzt werden – wenn dies gesetzlich möglich wäre, erzählt die Kinderärztin. Der Mensch übrigens, sagt sie, braucht Lebenskräfte, braucht etwas, das gesund hält und stärkt. Dazu gehören

schöne Augenblicke, wie ein vorbeifliegender Schmetterling, oder Begegnungen. „Der Austausch mit der Welt nährt uns“, sagt sie. Das Lebendige fördern will aber auch biologisch-dynamische Landwirtschaft. „Und wenn unser Essen dann noch liebevoll zubereitet ist, wird ein Lebensmittel auch gleichzeitig zum Heilmittel für Körper, Geist und Seele“, schreibt sie. Ihr Lieblingsrezept ist übrigens das für Marillenbutter. „Die ist wirklich fein“, schwärmt sie, „auch zu Käse.“ Und gerade zur Marillenzzeit besonders passend.

Die Zucchini-cremesuppe mit Kürbiskernen hat es Demeter-Obmann Andreas Höritzauer angehtan, der übrigens am 21. September auf seinem Wegwartehof im Waldviertel 50 Jahre Demeter Österreich feiert. Welche Blüten und Kräuter wohl dazu passen? Rosenblüten, kleinblättriges Basilikum, Zucchini-Blüten, Kapuzinerkresse, Schildampfer, Wiesensalbei und Gänseblümchen.

*Christine Haiderer*

## Genuss-Tipp

**Knödel, Kirtag und Co.** Geerntet wird die Wachauer Marille schon seit vergangener Woche, erst in Krems, zuletzt im Spitzer Graben. Gefeiert auch – erst in Krems, da hieß es bereits am Wochenende „Alles Marille!“, jetzt in Spitz.



Das Original: Nur mit dem Zisterl, dem Pflückkorb, am Logo sind die Marillen Wachauer Originale. Foto: Fürtbauer

Dort übernehmen von **19. bis 21. Juli** Prinz Marillus und Prinzessin Aprikosia das Regiment. Und bitten beim 68. Marillenkirtag unter anderem zu Marmelade, Schnaps und Kuchen, zum Volkstanz und zum begehrten Marillenknoedel-automaten. [www.marillenernte.com](http://www.marillenernte.com)



## AUS DER SZENE



**Teresa Sturm**  
über gesunde  
Gerichte und einen  
starken Tropfen.

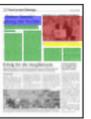
**Präsentation.** Das dritte Kochbuch von **Christine Saahs**, Doyenne am Wachauer Nikolaihof, dem ältesten Weingut Österreichs, ist erschienen: „Kochen mit der Kraft der Natur – Rezepte mit Kräutern, die heilen und stärken“. Obwohl nur ein Name auf dem Cover steht, gibt es zwei Autorinnen. Saahs selbst sowie ihre Tochter, die den gleichen Namen trägt, erklärt Verleger **Nikolaus Brandstätter** lachend: „Zuerst stand Christine Saahs und Dr. Christine Saahs, jetzt nur mehr Christine Saahs. Es sind beide damit gemeint: Mutter und Tochter.“ Heilpflanzen werden ebenso verkocht wie regionales Obst. **Sepp Forcher** und **Monika Lindner**, ehemalige ORF-Generaldirektorin, ließen sich die Präsentation nicht entgehen.



Sepp Forcher besuchte Autorin Christine Saahs bei ihrer Buchpräsentation. Foto: Martin Kalchhauser

**Verkostung.** Der Badner **Nicolas Hold** veranstaltet am 20. und 21. September wieder ein ganz besonderes Event für Liebhaber in der Ottakringer Brauerei in Wien. Beim Vienna Rumfestival 2019 können Rum-Fans im kleinen Rahmen erlesene Rumsorten aus aller Welt verkosten. „Wir wollen möglichst vielen Menschen die Faszination Rum näherbringen und für Rum-Fans und Gastronomen einen Mehrwert bieten“, sagt Hold. Er betreibt mit „Rumzentrum.at“ den größten Rumfachhandel Österreichs.

[t.sturm@noen.at](mailto:t.sturm@noen.at)



# „Dritter Streich“ gelang mit Tochter

**Neues Kochbuch** | Christine Saahs ist überzeugt:  
„Gesundheit kann man mit dem Löffel essen!“

Von Martin Kalchhauser

**MAUTERN** | Der Nikolaihof, das älteste Weingut Österreichs, war Schauplatz der Präsentation des dritten Buchs der Doyenne des Hauses, Christine Saahs. In ihr neuestes, bereits drittes Werk hat auch ihre Tochter, die Medizinerin Christine Saahs, Wissen und Erfahrung eingebracht.

Gut essen und sich dabei Gutes tun – unter diesem Motto hat Autorin Saahs mit viel Wissen und Liebe Rezepte zusammengetragen, die Körper und Geist beflügeln. Heilpflanzen, die in Wald, Wiese und sogar im Blumentopf am Fenster wachsen, wandern ebenso in den Kochtopf wie frisches regionales

Obst und Gemüse und – in Maßen – das eine oder andere Stück Fleisch. Medizinische Tipps für Leib und Seele und ihr Wissen über Heilpflanzen und ihre Wirkung steuerte Tochter Christine bei. Sogar die Schönheit kommt in diesem Werk nicht zu kurz: Einfach zuzubereitende Salben und Öle, die in altbewährter Rezeptur nach Demeter-Richtlinien hergestellt werden, sind beschrieben.

„Gesundheit kann man im wahrsten Sinn des Wortes mit dem Löffel essen“, betonte die dreifache Buchautorin bei der Buchvorstellung mit vielen Gästen unter der 111 Jahre alten mächtigen Linde im Hof des Mauterner Weinguts. Viele Fra-



Zum „Kochen mit der Kraft der Natur“ laden im gleichnamigen neuen Buch Autorin Christine Saahs, Verleger Nikolaus Brandstätter sowie Ärztin und Koautorin Christine Saahs (von links) ein.

Foto: Martin Kalchhauser

gen von Gästen und Freunden seien eine wertvolle Anregung für den neuen Band gewesen.

Wie wir ein gesundes Leben erhalten oder wiedererlangen, unsere Lebensmittel effektiv eingesetzt werden können und wie wir unseren Boden für eine gesunde und lebenswerte Zu-

kunft schützen – all das vereint Christine Saahs im alltagstauglichen, genussreichen Kochbuch für Körper, Geist und Seele.

○ **Kochen mit der Kraft der Natur;** Christine Saahs & Dr. Christine Saahs; Verlag Brandstätter; 192 Seiten, 28 Euro



## Sogar Sepp Forcher bekehrt

**2** „Ich bin ein Dickschädel, aber sogar mich hat **Christine Saahs** bekehrt – vom gedankenlosen Fresser und Säufer zum Genießer.“ So sprach der bekannte Fernsehmoderator **Sepp**

**Forcher**, ein langjähriger Freund des Hauses, für den „Demeter heute eine Selbstverständlichkeit ist“, bei der Präsentation des dritten Kochbuchs der Autorin im Nikolaihof. Unter den Gästen des Nachmittags waren viele Freunde des Hauses, darunter die ehemalige ORF-Chefin **Monika Lindner**, die Patin der Glocke der Nikolaihof-Kapelle ist. Lob für das neue Buch, in das auch medizinisches Wissen der Tochter der Seniorchefin des Weinguts, der Ärztin **Christine Saahs**, eingeflossen ist, kam von Verleger **Nikolaus Brandstätter**, Demeterbund-Obmann **Andreas Höritzauer** und Moderator **Kurt Wessely**. Weil „das Auge mitisst“ (Brandstätter), war auch die Rolle der Fotografin **Ulrike Köb** wichtig. Die Gelegenheit, den Worten zu lauschen und das Buffet mit Speisen nach Rezepten aus allen drei Saahs-Büchern zu genießen, nützten unter anderem auch Haubenkoch **Toni Mörwald**, Schlosshotel-Dürnstein-Chef **Christian Thiery**, Pater **Clemens Reischl** und Pfarrerin **Roswitha Petz**.



Freudige Präsentation des dritten Saahs-Kochbuches: Verlag Brandstätter-Programmleiterin Stefanie Neuhart, Volksmusik- und Brauchtums-Fachmann Sepp Forcher, Winzer Nikolaus Saahs, Autorin Christine Saahs und Verleger Nikolaus Brandstätter (von links).