

Willkommen zu Hause!



Liebe Leserinnen und Leser,

so einen richtigen Winter hatten wir ja dieses Jahr nicht in unserem Ländle. Die Fastnacht liegt hinter uns, und jetzt können wir uns so richtig auf einen schönen Frühling freuen. Es ist doch herrlich, wenn die Sonne an Kraft gewinnt und uns mit neuer Unternehmungslust erfüllt. Da kann man die Jacke schon mal wieder bequem über die Schulter hängen und sich auf den Weg machen, um zauberhafte Ecken und Plätze im Ländle zu entdecken. Aber vorher sollten Sie Ihren wintermüden Körper auf Vordermann bringen. Sie glauben ja gar nicht, welche Kraft in den Knospen steckt. **Mein Ländle**-Kräuterexpertin Birgit Dirschka berichtet ausführlich und hat natürlich auch einige Rezepte für Sie vorbereitet.

Und dann nichts wie raus in die Natur. Waren Sie schon einmal in Zavelstein, jenem idyllischen Dorf-Städtle im Nordschwarzwald mit seinen Hunderttausenden blühenden Krokussen? Oder kennen Sie die Höri, die Halbinsel im Bodensee, auf der Hermann Hesse lebte? Wir haben sie mit dem Fahrrad erkundet. Radeln und Schlemmen, das steht hier an erster Stelle. **Mein Ländle**-Autorin Sonja Faber-Schrecklein nimmt Sie mit zu wunderbaren Wanderungen am Albrauf rund um die Hohenzollernburg. Und auch das

reizvolle Tauberfranken lädt zu entschleunigenden Wanderungen ein. In Sankt Peter im Schwarzwald wird am Ostersonntag ein eigenartiger Brauch ausgeübt. Es gibt ihn nur noch hier: Kinder tragen das Osterfeuer mit glühenden Baumpilzen aus. Und wir sind mitmarschiert.

Marschiert bin ich auch auf den Spuren der Schwabekinder. Kennen Sie nicht? Jahrhundertlang mussten arme Tiroler und Schweizer Kinder um Ostern herum über die Alpen wandern und sich auf dem „Sklavenmarkt“ in Ravensburg oberschwäbischen Bauern andienen. Erst in den 1920er-Jahren fand das ein Ende. Meine Spurensuche begann in Ravensburg, dort bin ich zu Fuß nach Tirol aufgebrochen. Lesen Sie den ersten Teil dieser Reise ab Seite 64.

Und schließlich haben wir für Ostern noch einige Leckereien vorbereitet: Wie wäre es mit Schweinefilet im Rahmsößle mit Spinatknöpfle und Champignons? Mit Hotzenwälder Rahmkuchen? Danach ein selbst gemachter Eierlikör? Fröhliche Ostern,

Ihr

Wulf Wager

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Wulf Wager', with a long, sweeping flourish extending to the right.



10 Zavelstein



Auf zum Bussen



22

52

Kunterbunte Wolle

60

Heißer Osterbrauch



58

Eierlikör



92

Urzeitweide



Inhalt Ausgabe 2/20

Ausflugsländle

Die Dorf-Stadt Zavelstein 10
Der „Heilige Berg Oberschwabens“ 22

RadlerLändle

Kulinarische Radtour auf der Höri 16

WanderLändle

Große Perspektiven in Tauberfranken ... 30

KulturLändle

Die Bürgergärten in Vaihingen an der Enz 36

AgrarLändle

Safran von der Schwäbischen Alb 40

GenießerLändle

Frühling in der Küche 44
Schweinefilet im Rahmsößle mit Spinatknöpfle und Champignons 74

KräuterLändle

Gesundheit aus der Knospe 48
Rezepte mit Knospen 50

BastlerLändle

Wollefärben leicht gemacht 52

DekoLändle

Osterdekoration mit Moos 56

Selber gmacht & mitgebracht

Eierlikör fürs Osternest 58

BräucheLändle

Osterschwämme in Sankt Peter 60
Das Haus der Volkskunst in Dürrwangen 104

GeschichtsLändle

Auf den Spuren der Schwabekinder ... 64

WeinLändle

Kosmetik aus der Traube 68

InfoLändle

Metzgerhandwerk mit Tradition 73

BackLändle

Hotzenwälder Rahmkuchen 78

GesundheitsLändle

Zuckeralternativen im Vergleich 80

Sonjas Ländle

Luftige Höhen rund um Albstadt 82

TierLändle

Alpakagluck im Schwarzwald 84

NaturLändle

Die Rückkehr wilder Welten am Neckar 88
Ein Urzeit-Experiment im Steinbruch 92
Büffel in den Bottwarauen 98

SchafferLändle

Kunsthanderwerkliche Perlmutterarbeiten aus Sigmaringen 108

Immer dabei

Editorial	3
In dieser Ausgabe	7
DenkerLändle	8
ILLuztrationsLändle	28
GemüseLändle	72
Haus- und GartenLändle	102
Sell und Jenes	112
Marktplatz	114
BücherLändle	116
LändleViecher	117
Termine	118
Impressum, Vorschau	122



Die Dorf-

Stadt

Kleines Nest, hoch im Kurs



Nachdem französische Truppen 1692 während des Pfälzischen Erbfolgekriegs die Zavelsteiner Burg zerstört hatten, wurde sie nicht mehr aufgebaut.

Zavelstein ist klein – und doch überregional bekannt. Das liegt an seiner prominenten Lage, seinem schmucken historischen Städtle, seiner üppigen Krokusblüte und seinem Angebot für Feinschmecker und Wellness-Freunde. Ein Kleinod im Nordschwarzwald.

Städtle“ nennt sich der historische Kern der idyllischen Stadt Zavelstein und selten war das schwäbische Diminutiv so angebracht wie hier: 14 Häuser, eine Kirche und eine Burgruine stehen dort. Es gibt Dörfer, die wesentlich größer sind und die sich nicht „Stadt“ nennen dürfen. Tatsächlich war Zavelstein lange die kleinste Stadt

Baden-Württembergs, zeitweise sogar ganz Deutschlands, bevor es im Zuge der Gemeindereform 1975 mit umliegenden Gemeinden zur Stadt Bad Teinach-Zavelstein zusammengelegt wurde, die heute rund 3100 Einwohner zählt.

Zu verdanken hatte Zavelstein das Stadtrecht – zumindest der Sage nach – dem Grafen Eberhard II. von Württemberg (1315–1392). Der konnte bisweilen etwas bärbeißig sein, ein Streithammel also, was ihm in der Ausdrucksweise von damals den Beinamen „der Greiner“ einbrachte, im Sinne von der „Zänker“. Von den Folgen eines Nachbarschaftsstreits aus dem Jahr 1367 erzählt die Stadtführerin Christa Stocker: „Als er in Wildbad zur Kur weilte, sagten sich die Gegner: ‚Den fangen wir ein und fordern ein Lösegeld.‘ Eberhard konnte aber entkom-

men und fand Zuflucht im nahe gelegenen Zavelstein, dem er aus Dankbarkeit die Stadtrechte gewährte.“ Die Geschichte klingt so schlüssig, dass man angesichts der widersprüchlichen historischen Belege gerne ein Auge zudrückt. Denn tatsächlich existiert eine Urkunde aus dem Jahr 1342. In der wird Zavelstein bereits als Stadt erwähnt, obwohl Eberhard noch gar nicht in Amt und Würden war. Eines ist aber sicher: Die Siedlung war sehr klein und dennoch eine Stadt, was damals durchaus Privilegien brachte. Zum Beispiel hatte Zavelstein Stimme und Sitz im württembergischen Landtag, konnte Steuern einziehen, Märkte abhalten oder eine Stadtmauer bauen. Ausgerechnet im Wettbewerb „Unser Dorf soll schöner werden“ gewann übrigens die Stadt Zavelstein in den Jahren 1977 und 1981 die Goldmedaille.

„Die Stadt fängt an zu blühen ...“

Schachbrett im Namen

Für das schicke Erscheinungsbild ist sicherlich der Dorfarzt – pardon: der stadtbekannt Internist Dr. Klaus Pichler verantwortlich. Er sorgte sich bis zu seinem Ruhestand nicht nur rührend um die Erhaltung der Gesundheit der Bürger, sondern auch um die Erhaltung der Stadt. Als rühriger Leiter der Heimatpflege und Mitglied des Schwarzwaldvereins kurbelte er Projekte an, legte mit seinen Mitstreitern den ehemaligen Graben um die Burg wieder frei, bestückte das Heimatmuseum mit den historischen Kanonenkugeln, Waffen und Geschirrstücken, die in der Gegend gefunden wurden. Liebevoll eingerichtet, ist es heute im Gemeindehaus untergebracht, das früher die Schule war. Auch ein Klassenzimmer von anno dazumal ist dort zu sehen.

Die Fachwerkhäuser stehen Spalier links und rechts des gepflasterten Wegs, der durchs Städtle zur Kirche führt. Ganz vorne an der Kuppe des schmalen

Bergrückens befindet sich der 28 Meter hohe begehbare Burgfried, weithin sichtbar auf der steil aus Richtung Bad Teinach emporragenden, rund 200 Meter hohen Plattform, die den Vorfahren wie ein Schachbrett erschienen sein musste. Ein Schachbrettfeld hieß im Mittelhochdeutschen „Schachzabel“, der zabelartige Fels wurde so zum Zabelstein und das „b“ im Lauf der Jahre zu einem „v“ – so entstand wahrscheinlich der Name des Städtles; auch im Wappen ist ein Schachbrett abgebildet. Wegen anhaltender Geldnöte wechselte die Herrschaft der Burg, die um 1200 erbaut wurde, immer wieder. So übergab Herzog Johann Friedrich die Burg im 17. Jahrhundert an einen verdienten und weit gereisten Diplomaten des Hauses Württemberg,



Schmuckes Städtle, liebevoll herausgeputzt von den Bewohnern; der Geist der Geschichte weht durch die alten Gebäude.

Benjamin Bouwinghausen von Wallmerode. „Der baute die Trutzburg mithilfe des berühmten herzoglichen Baumeisters Heinrich Schickhardt (1558–1635) nach internationalem Zeitgeist zu einem Spätrenaissanceschlösschen um“, erklärt Christa Stocker, die seit rund 20 Jahren mitten im Städtle wohnt.

Eine Million Krokusse

Das Leben des Bauherrn währte jedoch nicht allzu lang. Er starb an der Pest, und auch die Burg hielt keine 100 Jahre mehr. Sie fiel 1692 den mordbrennenden französischen Truppen im Pfälzischen Erbfolgekrieg zum Opfer. Die Zavelsteiner Bürger seien gezwungen worden, selbst Reisig als Brandbeschleuniger in ihre Häuser zu tragen, um diese in Schutt und Asche zu legen, wie Christa Stocker erzählt. Die Burg ist seitdem eine Ruine, nur der Turm, der Torbogen und einige angeknabberte Mauern sind bis heute übrig. „Die Steine der Burg benutzte man, um die



Im Städtle Zavelstein



Das Städtle aus der Vogelperspektive oder besser: vom Bergfried aus gesehen (oben). Durch diesen Torbogen gelangt man ins Innere der Burg Zavelstein oder was davon noch übrig ist (links). Viele antike Gegenstände aus dem historischen Zavelstein sind im Heimatmuseum (vorderes Haus rechts im oberen Bild) ausgestellt.

Häuser im Städtle wieder aufzubauen“, erläutert die Stadtführerin das frühe Recyclingsystem.

Vermutlich war es genau jener letzte Burgherr, Benjamin Bouwinghausen, der von seinen Reisen die Zwiebel einer Blume mitbrachte und pflanzte, die Zavelstein bis heute alljährlich ein Naturschauspiel beschert und zum Pilgerort für Tausende von Blumenfreunden macht. Ausgangs des Winters stecken die Krokusse ihre Köpfchen durch die abschmelzende Schneedecke und verwandeln die Felder und Wiesen um Zavelstein in ein lila-weißes Blütenmeer. Für Franziska Bürkle, die Leiterin der Teinachtal-Touristik, die schönste Zeit des Jahres: „Die Stadt fängt an zu blühen – nicht nur die Krokusse, das ganze Leben. In dieser Zeit ist bei uns Ausnahmezustand, da werden selbst die

Landstraßen zu Fußwegen.“ So liegen die Krokusfans ab Ende Februar auf der Lauer, denn wenn die Natur den Blütenteppich ausrollt, kann man nie genau sagen. „Ich würde ja am liebsten einen verbindlichen Termin nennen, aber dazu fehlt mir die Glaskugel“, sagt Franziska Bürkle schmunzelnd. Den groben Zeitraum kann sie aber angeben: „Ende Februar bis Mitte März.“

Noch beziehungsweise wieder, denn um dieses einzigartige Naturereignis müssen Franziska Bürkle und ihr Team auch kämpfen: „Es waren einst Millionen von Krokussen, mit den Jahren wurden es aber immer weniger.“ Klar, die Wiesen und Felder werden landwirtschaftlich genutzt, also gedüngt und gemäht, da bleibt den Blumen immer weniger Raum. „Wir haben aber mit den Landwirten einige Maßnahmen

vereinbart, vor allem was die Häufigkeit von Mahd und Düngung angeht.“ Die zeigen jetzt erste Wirkung. Die Zahl ist von 700 000 wieder auf 1,5 Millionen Krokusblüten angestiegen. Doch erst in einigen Jahren wird man die Maßnahmen endgültig beurteilen können, denn „vom Samen bis zur Blüte dauert es mehrere Jahre“, so Bürkle.

Berlin sorgt für Wellness und Gaumenfreuden

Die Region rund um Bad Teinach-Zavelstein gehört zum Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord und eignet sich auch hervorragend zum Wandern. Stolz ist man auf drei Premiumwanderwege, die hier vorbeiführen, „Der Teinacher“, „Wolfsgrube“ und der „Wasser-, Wald- und Wiesenpfad“. Apropos Wasser, auch hier gibt es eine historische Besonderheit: Weil Zavelstein selbst knapp an Wasser war, hat man kurzerhand das Nutzungsrecht einer Quelle im rund drei Kilometer entfernten und günstigerweise rund 40 Meter höher liegenden Rötlen-

Zavelstein in Zahlen

Um 1230 wurde die Burg wohl von den Grafen von Vaihingen erbaut.
1280 soll ein Ritter Richelin von Zavelstein Burgherr gewesen sein.
1284 gilt als Jahr der Ersterwähnung unter dem Namen „Zaphilstan“.
1345 Die Grafen Eberhard II. und Ulrich IV. von Württemberg erwerben die Herrschaft.
1554 Jordan von Braitenbach, später Oberjägermeister, bekommt die Burg zugesprochen und setzt sie instand.
1616 Herzog Johann Friedrich von Württemberg übergibt das Lehen an Benjamin Bouwinghausen von Wallmerode, der die Burg zu einem Schloss umbaut.
1692 zerstören französische Truppen im Pfälzischen Erbfolgekrieg Zavelstein samt Burg, der Ort wird wieder aufgebaut, die Burg ist seitdem Ruine.
1806 Nach Zusammenbruch des Heiligen Römischen Reichs Deutscher Nation wird das „Ämtlein Zavelstein“ aufgelöst und dem Oberamt Calw zugesprochen.
1975 Seit der Gemeindereform ist Zavelstein Ortsteil der neu gegründeten Stadt Bad Teinach-Zavelstein.



Über eine Million Krokusse sorgen in Zavelstein jedes Frühjahr für eine einzigartige Blütenpracht – und für einen großen Besucherandrang.



bach erworben. Um eine Lösung, das Wasser bis ins Städtle zu leiten, waren die Zavelsteiner nicht verlegen. „Mithilfe des Baumeisters Schickhardt hat man eine sogenannte Teuchelleitung verlegt, indem Nadelholzstämmen in der Mitte durchbohrt wurden“, erklärt Christa Stocker. „Bis heute werden die 13 Brunnen und der Feuersee in Zavelstein aus dieser Quelle gespeist, nur dass man vor gut 100 Jahren die Holzleitungen durch Gussrohre ersetzt hat.“

Dank Berlin ist Zavelstein zum Wellness-Mekka und Spa in der Region Stuttgart und Pforzheim geworden. Berlin? Nein, nicht die Hauptstadt, sondern so heißt die Familie, die hier seit mehreren Generationen Gastronomie und Hotellerie betreibt. „KroneLamm“ heißt

der Zusammenschluss zweier Gasthöfe, in denen man vorzüglich speist und von regionalen Spezialitäten („Lamm“) über Gourmetküche mit Michelin-Stern („Krone“) bis hin zu rustikalen Schmankerln (Wanderheim Zavelstein) ein breites gastronomisches Angebot findet. Unter dem Motto „König sein in Zavelstein“ nutzen die Gäste die vielfältigen Wellness-Möglichkeiten, von verschiedenen Innen- und Außenpools über Kräuter-, Soft- oder Altholzambiente-Sauna und Dampfbäder bis hin zu Erlebnisduschen und umfangreichem Massageangebot. Die neueste Attraktion ist die einzigartige Hochsitzsauna, bei der man in der Jägersperspektive hoch über den Baumwipfeln schwitzt. Traditionell ist der benachbarte Stadtteil Bad Teinach schon seit Jahrhunderten bekannt für

seine Kuren. Nachdem die aber seit einigen Jahren rückläufig sind, freut man sich über den neuen Wellness-Trend. – Und so freut sich auch Tourismusleiterin Franziska Bürkle über vielerlei Gäste und deren Interesse am großen kulturellen Angebot wie Theater, Kino oder Kabarett. Sogar heiraten kann man vor dieser einmaligen Kulisse, und zweimal im Jahr finden beliebte Märkte statt, im Winter der Weihnachtsmarkt und der Bauernmarkt im Sommer. Ob Elvis Presley je hier war, ist nicht überliefert, sein Evergreen aber würde vor der Abreise aus dem historischen Zavelstein sehr gut passen: „Muss i denn, muss i denn zum Städt(e)le hinaus“ ... 🍷

Text: Florian Baitinger, Fotos: Simone Mathias (12), Fotolia (1)



Zavelstein und Teinachtal

Informationen:
 Teinachtal-Touristik
 Rathausstraße 9
 75385 Bad Teinach-Zavelstein
 Telefon: 07053 9205040
www.teinachtal.de

MINERAL THERME BAD TEINACH

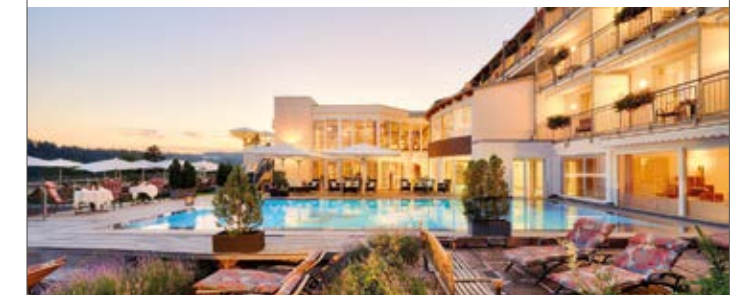
Freuen Sie sich auf
**Innen- und Außenbecken, Whirlpool,
 Feuer- und Kaltwasserpool,
 Dampfbad und Schwarzwaldsauna**

Montag bis Donnerstag 9 bis 20 Uhr
 Freitag bis Sonntag, Feiertag 9 bis 17 Uhr

www.therme-bad-teinach.de Otto-Neidhart-Allee 5
 Tel. 07053 / 29-0 75385 Bad Teinach



MEHR ALS NUR EINE ÜBERNACHTUNG



krone lamm *****
 König sein in Zavelstein



07053-9294-0 | kronelamm@berlins-hotel.de | www.berlins-hotel.de

Schweinefilet im Rahmsößle

mit Spinatknöpfle und Champignons

Text: Johannes Guggenberger,
Fotos: Johannes Guggenberger (10),
Fotolia (5), Jörg Batschi (2),
Wager Archiv (1)

Zutaten für 4 Personen:

Für die Spinatknöpfe:

- 300 g Tiefkühlspinat, aufgetaut
- 500 g Mehl
- 5 größere Eier
- Salz
- 1 Prise Muskat

Für die Rahmsoße:

- 1 Gemüsezwiebel
- 1 EL Butter
- 150 ml trockener Weißwein
- 200 ml Gemüsebrühe
- 1 Lorbeerblatt
- 300 ml Sahne
- etwas Speisestärke
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise Zucker

Für das Schweinefilet:

- 1 kg Schweinefilets
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 3 EL Rapsöl

Für die Champignons:

- 1 Bund Lauchzwiebeln
- 800 g frische Champignons
- 2 EL Butter
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Außerdem:

- Knöpfe-Lochblech mit Palette/Teigschaber
- Fleischthermometer



Die Rahmsoße enthält auch Weißwein, der aber durch mehr Gemüsebrühe ersetzt werden kann.



Zubereitung:

1. Für die Knöpfe den Spinat sehr fein hacken. Mit den Händen wenig Flüssigkeit im Gemüse bleibt. In eine Schüssel geben, Mehl, Eier und etwas Wasser hinzufügen, mit Salz und Muskat würzen. Mit dem Kochlöffel oder der Hand alles gut vermengen und den Teig so lange schlagen, bis er glatt ist und beginnt, Blasen zu werfen. Den fertigen Teig beiseitestellen. Salzwasser in einem größeren Topf zum Kochen bringen.

2. Währenddessen für die Rahmsoße die Gemüsezwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf die Butter erhitzen und die Zwiebelwürfel anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen. Die Gemüsebrühe und das Lorbeerblatt hinzufügen und die Soße ca. 2 Min. leicht köcheln lassen. Das Lorbeerblatt entnehmen. Die Sahne zugeben, aufkochen lassen und mit etwas Speisestärke binden, bis die Soße so dick ist wie gewünscht. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und warm stellen.

3. Einen Teil des Spinatteigs auf das Knöpfe-Lochblech geben und mit der Palette den Teig ins kochende Salzwasser drücken. Wenn die Knöpfe oben schwimmen, mit einer Schaumkelle aus dem Topf holen, kurz mit kaltem Wasser abschrecken und warm stellen.



Nicht ganz alltäglich: Knöpfe in frühlingshaftem Spinatgrün



Für das opulente Gericht sind einige Arbeitsgänge nötig, aber es lohnt sich. Zum Schluss Fleisch aufschneiden, kurz durchatmen, dann ...

4. Die Schweinefilets von der Silberhaut befreien, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 170 °C vorheizen. In einer Pfanne Rapsöl erhitzen und das Fleisch rundum scharf anbraten. Auf ein Backblech setzen, das Fleischthermometer auf 78 °C einstellen und in die Mitte eines Fleischstücks stecken. Das Blech mit den Filets in den Backofen geben.

5. Währenddessen Lauchzwiebeln und Champignons putzen. Die Lauchzwiebeln in Röllchen, die Champignons in Scheiben schneiden. In einer Pfanne die Butter aufschäumen, die Zwiebelröllchen zusammen mit den Champignonscheiben anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Hat das Schweinefilet die Temperatur von 78 °C erreicht, den Backofen ausschalten, die Ofentür öffnen und das Fleisch 5 Min. ruhen lassen. Das fertige Filet in Portionen schneiden. Mit Rahmsoße, Champignons und Spinatknöpfe auf Tellern schön anrichten.

... servieren und zusammen mit der Familie oder den Freunden genießen.

