

Garten-Expertin stellt neues Buch über heimische Früchte vor

Eine Frau mit grüner Seele wird sie genannt, die Königsteinerin Markusine Gutjahr. Ihre Liebe zur Natur und ihr Wissen über alles, was grünt, ist in Büchern zu finden. Ihr zwölfter Bildband ist ein Rezeptbuch über heimische Früchte.

Von Helga Kamm

Königstein. Mit dem Arm in Gips tut sie sich momentan schwer. Markusine Gutjahr (84) ist nach einem Sturz zum Nichtstun verurteilt, musste schweren Herzens verschiedene Termine absagen. Froh ist sie, dass ihr neuestes Buch im März erscheinen konnte, sie hat über ein Jahr daran gearbeitet. Das „Heimische-Früchte-Rezeptbuch“, ein prächtiger Bildband, zeigt, was sich mit Beeren und Früchten alles zaubern lässt. Dazu kommen Hintergrund-Infos und Wissenswertes über die Früchte sowie Tipps zur Ernte und zur weiteren Verwendung. „Mein Buch soll dazu beitragen, die Aromaschätze unserer heimischen Natur wiederzuentdecken und zu schätzen“, beschreibt Markusine ihre Arbeit.

Schule war Erholung

In Königstein unter schwierigen Verhältnissen aufgewachsen, hat Markusine in jungen Jahren ihr Leben selbst in die Hand genommen. Das durch den Krieg vaterlose und später auch mutterlose Bauernmädchen musste schon als Kind hart arbeiten. „Meine Freunde waren die Kühe und die Katzen“, erzählt sie, „die Schule war meine Erholung.“ Nach dem frühen Tod der Mutter ließ sich die 18-Jährige zielstrebig ausbilden, wurde im Lauf der Jahre zur Hauswirtschafterin, Beratungs-Technikerin und staatlich geprüften Landfrauenberaterin.

„Mit Landwirtschaft wollte ich schon immer zu tun haben“, blickt Markusine auf diese Zeit zurück. Im Alter von 25 Jahren hat sie ihre Heimat Königstein verlassen und ist nach Niedersachsen gezogen. Dort hat sie nicht nur ihre Ausbildung abgeschlossen, sondern wurde 1970 Frau des Pfarrers Burghard Gutjahr. Ihm folgte sie in seine verschiedenen Wirkungsorte in Niedersachsen, in immer wieder neue Pfarrhäuser. „Das Haus in Königstein haben wir vermietet, aber nie aufgegeben“, sagt Markusine. Dahin zurückgekehrt sind beide nach der Pensionierung Burghard Gutjahrs im Jahr 2002.

Kommunikatives Kochen

Dazwischen liegen Jahre, in denen die Königsteinerin „auf vielen Hochzeiten getanzt hat“. In Bad Lauterberg im Harz hat sie als Landfrauenberaterin das kommunikative Kochen ins Leben gerufen. „Menschen, die gemeinsam kochen, essen und miteinander reden – das war der Anfang einer 15-jährigen Erfolgsgeschichte“. Später kamen andere Städte hinzu, die Teilnehmerzahl stieg auf bis zu 130. Zum zehnjährigen Bestehen dieser „Bad Lauterberger Kräuterküche“ kam auch Veronika Carstens, die Frau des ehemaligen Bundespräsidenten. „Mit ihr zusammen habe ich zehn Jahre lang Veranstaltungen organisiert, wir hatten volle Häuser, bis zu 1200



In einem alten Eisenbräter kocht Markusine Gutjahr Zwetschgen-Latwerge mit Aroniabeeren. Bild: Buch- und Kunstverlag Oberpfalz



Markusine Gutjahr. Bild: M. Gutjahr

Besucher.“ Einen Brief, in dem sich Veronika Carstens für diese erfolgreiche Zusammenarbeit bedankt, zeigt Markusine Gutjahr beim Gespräch mit Oberpfalz-Medien. Auch Heinz Sielmann, in dessen Naturerlebnis-Zentrum an der DDR-Grenze bei Duderstadt sie jahrelang Gastdozentin war, hat sich mit seinem Buch bei ihr bedankt.

„Kräuterrezepte aus der Bad Lauterberger Kräuterküche“ war dann auch das erste Buch, zu dem Markusine mehr oder weniger gedrängt wurde. Seitdem sind ein Dutzend weiterer Bildbände in verschiedenen Verlagen erschienen. „Sie kommen auf mich zu“, zeigt sich die Autorin zufrieden, „Klinken putzen musste ich nie.“ Ein Jahr habe sie am jüngsten Werk gearbeitet, erzählt sie. Damit nicht eingerechnet ist die Zeit, die sie gebraucht hat zum Sammeln von Schlehen, Holunder, Felsenbirnen, Hagebutten und anderen Wildfrüchten rund um Königstein. Jedes Rezept, das sie

HINTERGRUND

Rezept für Zwetschgen-Latwerge mit Aroniabeeren

► **Zutaten:** 5 Pfund reife Zwetschgen, 1 Pfund Aroniabeeren, 500 g Rohrzucker, 6 EL Rotwein, Zimt und Kardamon zum Abschmecken.

► **Die Zwetschgen** waschen, entsteinen, grob zerkleinern. Aroniabeeren waschen und abtropfen lassen.

► **Das Obst** in einen Eisenbräter füllen. Wein und Zucker dazugeben, gut durchrütteln und am besten über Nacht durchziehen lassen.

► **Am nächsten Tag** im Backofen bei

150 Grad C Umluft im offenen Topf 4 Stunden köcheln lassen. Nicht umrühren! Danach Latwerge mit den Gewürzen abschmecken und pürieren.

► **Was ist Latwerge?** Eine alte Zubereitungsform mit langer Tradition, die bis ins Altertum zurückreicht. Latwerge kommt von lateinisch electarium, zu deutsch Leckmittel, weil es bei Erkrankungen wie Husten, Schnupfen und Heiserkeit aufgeleckt wurde.

in ihren Büchern beschreibt, wird zuvor ausprobiert, einmal oder mehrmals. „Der Tester ist mein Mann“, schmunzelt Markusine, „schmeckt es ihm, dann ist es gut.“ Mit Schrecken erinnert sie sich an die Foto-Shootings für ihre ersten Bücher. „Die Fotografen kamen zu uns, wollten nicht nur die Früchte und Kräuter ablichten, sondern auch meine Töpfe, Körbe und sonstiges Zubehör.“ Heute, so Gutjahr, würden Fotos aus einer Datenbank

verwendet, die Arbeit sei einfacher geworden.

Auch das Leben der 84-Jährigen ist – zumindest im Moment – einfacher und ruhiger geworden. Bedingt durch ihren Gipsarm mussten viele Termine abgesagt werden, wie die Kurse in der Bildungseinrichtung am Habsberg oder ein Wildkräuterkurs beim Landesverband für Gartenbau in München. Kräuterwanderungen haben vorerst Pause, die Führung durch die Heilkräuter-Oase in Königstein aber ist Markusine wichtig.

Ziele gefunden

„Ich bin ein Kämpfer“, sagt sie am Tisch ihrer Wohnstube und dankt ihrem Mann, der sie sehr unterstützt. Das Wort Dankbarkeit kommt oft vor im Gespräch mit Markusine: dass das Bauernmädchen aus Königstein interessante Menschen kennenlernen durfte, dafür, dass sie ihren Weg gehen konnte und ihre Ziele gefunden hat.

„Der Rezepte-Tester ist mein Mann. Schmeckt es ihm, dann ist es gut.“

Markusine Gutjahr

KURZ NOTIERT

Kreisjugendring fährt zur Freizeit nach Österreich

Amberg-Sulzbach. (Christine Frankler) Der Kreisjugendring Amberg-Sulzbach bietet noch zahlreiche freie Plätze für die Jugendfreizeit in Österreich vom 25. August bis 3. September an. Die Teilnehmer sind im Ferienheim Riedhof in Breitenbach untergebracht und können sich auf ein abwechslungsreiches Programm freuen. Geplante Aktivitäten umfassen eine Sommerrodelbahn, eine Alpaka-Tour, eine Erlebniswanderung durch die Tiefenbachklamm sowie Besuche von Freibädern und Badesseen. Weitere Highlights sind „Your Dome“ mit Kino in Schwaz und das Bauernhofmuseum. Je nach Wetter und Zeitplan stehen auch Alternativen wie Bogenschießen, ein Skatepark und Rafting zur Verfügung.

Die Freizeit bietet Spiel, Spaß und Unterhaltung mit Gleichaltrigen in einer wunderschönen Umgebung voller Möglichkeiten. Der Preis von 350 Euro umfasst die Fahrt ab Sulzbach-Rosenberg, die 10-tägige Unterbringung, volle Verpflegung und alle Aktivitäten. Ermäßigungen gibt es für Inhaber der JULEICA-Card oder Geschwisterkinder.

Interessierte sollten sich schnell anmelden, um einen Platz zu sichern. Anmeldung direkt beim Kreisjugendring Amberg-Sulzbach (Tel. 0 96 21-39 77 61 oder -62) bzw. unter www.das-jahresprogramm.de. Das Anmeldeformular ist auf dieser Website und auf der Website (www.kjr-as.de) hinterlegt.

Volkstanzübungsabend mit Volksmusikfreunden

Theuern. (Wolfgang Schöpf) Der Verein der Oberpfälzer Volksmusikfreunde lädt zum Volkstanzübungsabend am Sonntag, 20. Juli, um 19.30 Uhr ins Gasthaus Erras in Ammerthal-Fichtenhof ein. Geübt und getanzt werden Walzer, Schottisch, Polka, Boarische, Zwiefache sowie Figurentänze. Alle, die gerne Boarisch tanzen oder den Volkstanz kennenlernen möchten, sind willkommen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, der Eintritt ist frei.

Freiluft-Kinoabend mit RV Eintracht Elbart

Freihung. (Christian Wiesneth) Der RV Eintracht Elbart lädt im Rahmen des Freijugendferienprogramms am Freitag, 1. August, zu einem Freiluft-Kinoabend am Harranger in Freihung ein. Der Abend beginnt um 19 Uhr mit Pizza, Popcorn und Getränken. Gezeigt wird ein Familienfilm, der sowohl Jung als auch Alt anspricht. Der Eintritt ist kostenlos. Weitere Informationen und Anmeldungen sind bis zum 25. Juli bei Kathrin Schmidt unter 0178/85 82 737 möglich.

Eisenbahner-Treffen am Annaberg

Theuern. (Rudolf Kummer) Ehemalige und aktive Eisenbahner sowie Freunde und Bekannte treffen sich am Dienstag, 22. Juli, ab 14 Uhr beim Holsteiner Wirt (Blickrichtung zur Maxhütte nach Rosenberg) am Annaberg zu einem gemütlichen Beisammensein.