

Naturparke
Wir leben Natur.
Wir lieben Kultur.
Wir sind Heimat.



**Naturpark
Saar-Hunsrück**



Veranstaltungen und Naturpark-Informationen vom 08.04. bis 17.04.2022

1. Naturpark aktiv erleben – Terminübersicht
2. Seminare, Workshops, Vorträge, Führungen
3. Feste, Märkte & Co
4. . Pressetexte ab S. 3

1. Naturpark aktiv erleben und schmecken – Wandern, Radfahren & Co.

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
jeden Do	07.04. bis 06.10.2022	Stadtführung Saarburg	14:00-15:00 Uhr, TP: Touristinformation Saarburg, 5 €/Erwachsene, 2,50 €/ermäßigt, 12 €/Familie, Info u. Anmeldung: Saar-Obermosel-Touristik, 06581/995980, info@saar-obermosel.de
jeden So und Di	03.04. bis 30.10.2022	Offene Führung durch die Glockengießerei Mabilon	14:30 Uhr, TP: Im Staden 130, Saarburg, Glockengießerei, 5 €/Erwachsene, 2,50 €/ermäßigt, 12 €/Familie, Info u. Anmeldung: Glockengießereimuseum Mabilon, 06581/2336
Sa bis So	09. bis 24.04.2022	Fischfestival Saar-Hunsrück Leckerer rund um die heimischen Fischarten	Info u. Anmeldung: Wanderbüro Saar-Hunsrück, 06872/9018100, info@saar-hunsruocksteig.de
Sa	09.04.2022	Wildkräuterführung um Finkenrech	14:00-16:30 Uhr, TP: 09.04.2022 15:00, 5 €/Erwachsenen, Info u. Anmeldung: Tourismus- und Kulturzentrale Landkreis Neunkirchen, 06821/972920
So	10.04.2022	Erlebniswanderung mit den Eseln auf Finkenrech	10:00-12:00 Uhr, TP: Freizeitzentrum Finkenrech, Tierstall, 3 €/Kind, 4 €/Erwachsenen, Info u. Anmeldung: Tourismus- und Kulturzentrale Neunkirchen, 06821/972920
Sa	16.04.2022	Heilklimawanderung mit Josef und Tanja in Weiskirchen	13:30-17:00 Uhr, TP: Minigolfanlage, 3,50 €/Person, Info u. Anmeldung: Hochwald-Touristik, 06876/709-37, hochwald-touristik@weiskirchen.de
Sa	16.04.2022	Burg-Erlebnisführung in Dagstuhl	15:00-18:00 Uhr, TP: Waldparkplatz „Am Pilz“ unterhalb der Burgruine Dagstuhl, Info u. Anmeldung: Tourist-Information der Stadt Wadern, Tel. 06871/507-0, touristinfo@wadern.de

2. Seminare, Workshops, Vorträge und kulturelle Führungen

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter
Do	07.04. bis 06.10.2022	Stadtführung Saarburg	14:00-15:00 Uhr, TP: Touristinformation Saarburg, 5 €/Erwachsene, 2,50 €/ermäßigt, 12 €/Familie, Info u. Anmeldung: Saar-Obermosel-Touristik, 06581/995980, info@saar-obermosel.de
So	03.04. bis 30.10.2022	Offene Führung durch die Glockengießerei	14:30-15:30 Uhr, TP: Museum Glockengießerei Mabilon, 5 €/Erwachsene, 2,50 €/ermäßigt, 12 €/Familie, Info u. Anmeldung: Saar-Obermosel-Touristik, 06581/995980, info@saar-obermosel.de
Do	07.04.2022	Brennnessel-Genusskurs in Gisingen	18:00-20:00 Uhr, TP: Haus Saargau, 14 €/Person inkl. Kräutersnack und Skript, Info u. Anmeldung: Naturpark-Geschäftsstelle, 06503/9214-0
So	10.04. und 17.04.2022	Führung Keltendorf in Otzenhausen	15:00-16:00 Uhr, TP: Keltendorf, 6,50 €/Erwachsene, 3,50 € Kinder, Info: Touristinformation Nonnweiler, 06873/660-14, tourist@nonnweiler.de

3. Feste, Märkte & Co.

Tag	Datum	Veranstaltung	Zeit, Treffpunkt (TP), Preis, Veranstalter (V)
So	10.04.2022	Frühlings- und Bauernmarkt in Dörsdorf	TP: Bernhard-Scholl Platz, Info u. Anmeldung: Peter Johann, Tel. 06888/8575
So	10.04.2022	Saisoneröffnung der Harteichhütte in Wadrill	TP: Harteichhütte, Info u. Anmeldung: Heimat- u. Naturfreunde, Tel. 06871/4699 u. Tourist-Information der Stadt Wadern, Tel. 06871/507-0, touristinfo@wadern.de
So	10.04.2022	Waderner Frühling mit regionalen Produkten	13:00-18:00 Uhr, TP: Marktplatz, Info u. Anmeldung: Tourist-Information der Stadt Wadern, Tel. 06871/507-0, touristinfo@wadern.de
Do	10.04.2022	Saarburger Frühling mit regionalen Produkten	13:00-18:00 Uhr, TP: Touristinformation Saarburg, Info: Saar-Obermosel-Touristik, 06581/995980, info@saar-obermosel.de

Veranstaltungen des Naturpark Saar-Hunsrück finden nach den aktuell gültigen Corona-Vorschriften statt. Anmeldung ist Voraussetzung für die Teilnahme. Alle angemeldeten Teilnehmenden werden über ggf. erforderliche Änderungen im Programmablauf informiert. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Bei Exkursionen und Wanderungen sind festes Schuhwerk und witterungsangepasste Kleidung erforderlich.

Weitere Informationen in den Naturpark-Informationszentren, Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0 oder Weiskirchen, Telefon 06872/921261

4. Pressetexte

Landkreis Saarlouis/Gemeinde Wallerfangen/Gisingen

Brennnessel-Genusskurs in Gisingen

Am **Donnerstag, 7. April, 18 bis 20 Uhr**, bietet der Naturpark Saar-Hunsrück in Kooperation mit der Naturpark-Infostelle Haus Saargau einen Brennnessel-Genusskurs im Naturparkdorf Gisingen an. Zusammen mit dem Naturpark-Kräuterpädagogen Guido Geisen wird die Heilpflanze des Jahres 2022, ihre Ökologie, Wirkungsweise und ihre kulinarische Verwendung in der Küche erkundet. Ihre winzigen Brennhaare an Blättern und Stiele sind ein Schutz zur Abwehr von pflanzenfressenden Tieren. Bei Berührung mit der Haut verursachen sie jedoch einen brennenden Schmerz. Die positiven Eigenschaften und Wirkungsweisen dieser Wildpflanze werden jedoch seit Jahrhunderten geschätzt. Welche vielseitigen Vorzüge die Brennnessel, die "Königin des Gartens" hat, kann im Wildkräuterkurs erfahren werden. Die Teilnahmegebühr beträgt 14 Euro pro Person inklusive Kräutersnack und Infos über die Brennnessel. Der Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Die aktuell gültigen Corona-Vorschriften sind zu beachten. Eine verbindliche Anmeldung ist bei der Naturpark-Geschäftsstelle in Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0, erforderlich (Teilnahme begrenzt).



Große Brennnessel

*Foto: © Naturpark_VDN-Fotoportal_Ma. Schnichels**

**freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung*

überregional

Bärlauch – stärkendes Wildkraut im Frühling

Der Bärlauch ist ein leckeres Frühlingskraut mit vielen Nährstoffen, welches wegen seiner schwefelhaltigen Öle antibakterielle Wirkung haben kann, und ist als Rohkost oder gekocht eine ideale Vitalpflanze für den kulinarischen Frühjahrestisch sowie vielseitig einsetzbar für den heimischen Speiseplan in der Küche. Das Wildkraut wächst auf humusreichen, tiefgründigen feuchten Standorten in Laubwäldern und an Gewässern. Ob als Bärlauchaufstrich, -butter oder -Pesto sowie Bärlauchgemüse, -brot oder -kuchen, der in der Volksmedizin der „wilde Knoblauch“ genannt, bietet direkt vor unserer Haustüre eine gesunde, leckere und zugleich kostenlose Selbstversorgung im Naturpark. Die Blüten können von April bis Mai gesammelt werden. Ab Mai bis Juni können die Knospen als Kapernersatz in Essig eingelegt werden oder getrocknet in der Pfeffermühle vermahlen werden und als sehr aromatisches Gewürz Verwendung finden. Die Zwiebel ist von Juni bis Februar als Delikatesse in Essig und Öl eingelegt zu genießen. Auch die schwarzen, reifen Samen können getrocknet und vermahlen, wie grüner Pfeffer, in der Küche verwendet werden.

Tipp: Vegane Bärlauchsuppe

1 Zwiebel und 2 Kartoffeln schälen und würfeln, Zwiebel in Pflanzenfett andünsten und die Kartoffeln dazu geben. 600 ml Gemüsebrühe mit Salz & Pfeffer, eine Prise Muskatnuss würzen, einmal aufkochen und 5 bis 10 Minuten köcheln lassen. 100 g Bärlauch waschen, trocken schütteln und grob hacken, in die Brühe geben und ca. zwei Minuten ziehen lassen, danach 1 EL Apfelessig oder Zitronensaft und 100 ml Hafersahne unterrühren. Dann die Suppe cremig pürieren und nochmal abschmecken.

Energie Bärlauch-Smoothie

500 g Äpfel, je 10 g Bärlauch, Spitzwegerich, Schafgarbenblätter und 8 Löwenzahnblätter, ¼ Avocado, 1 EL Apfelessig oder Zitrone, 40 g getrocknete Weintrauben oder Feigen sowie 300 ml Wasser, alles zusammen mixen und cremig pürieren und sofort genießen.

Bärlauch lässt sich zu Öl, Butter, Aufstrich, Sauce oder blanchiert als Gemüse, auch wie Spinat gemischt mit Brennnessel und Giersch, optimal zubereiten. Die Zwiebelwurzel kann zerdrückt oder zerkleinert, wie Knoblauch verwendet werden. Auch Bärlauchwein ist sehr bekömmlich. Beliebt ist Bärlauchpesto, das bis zu zwei Jahren haltbar ist. Einfrieren empfiehlt sich nicht, da der Bärlauch stark an Aroma verliert oder dieses an das Gefriergut abgibt. Gut einfrieren und ohne Aromaverlust lässt sich Bärlauchbutter. Vorsicht: Bärlauch kann mit Maiglöckchen, Herbstzeitlose und Aronstab verwechselt werden, diese Pflanzen sind stark giftig.

Kulinarische Wildkräuter-Wanderungen zum blühenden Bärlauch finden im Naturpark statt.

Hintergrund:

Das Wildkraut wird bei Darmproblemen, Bluthochdruck, Rheuma, Arteriosklerose, Bronchitis, Fieber gerne verwendet. Der Bärlauch hat blutreinigende und stoffwechsellanregende Eigenschaften. Die Blätter werden von Anfang März bis Ende Mai geerntet, da sie da am gehaltvollsten sind. Sie enthalten mehr Eisen, Magnesium, Mangan, Vitamin C und ätherische Öle als der Knoblauch. In der Volksheilkunde wird er als Mittel gegen Arteriosklerose und hohen Blutdruck geschätzt. Wie seine Verwandten, Knoblauch, Zwiebel und Schnittlauch, gehört der Bärlauch zu den Wild- und Küchenkräutern mit entgiftender und blutreinigender Wirkung.

Weitere Infos z. B. unter [Bärlauch-Rezepte](#), [Sammelfakten](#); [Verwechslung-bärlauch-maigloeckchen-herbstzeitlose](#)

Informationen über den Naturpark erhalten Sie bei der Naturpark-Geschäftsstelle Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0 und info@naturpark.org



Blühender Bärlauch

Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück_VDN-Fotoportal_Winfried Heidl*

**freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung*



Frischer Bärlauch,

Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück*

**freie Nutzung im Kontext dieser Pressemeldung*

überregional

Tipps von der Gartenakademie Rheinland-Pfalz

Ein kostenloser Service der Gartenakademie Rheine-Pfalz am Dienstleistungszentrum Ländlicher Raum (DLR) in Neustadt informiert über aktuelle Entwicklungen und Trends im Garten, wie z. B.

17.03.2022 – [Achtung, hier piept es! – Ein Ausflug in die bunte Welt unserer Gartenvögel](#)

23.03.2022 – [Kompost – aus dem Garten, in den Garten](#)

31.03.2022 – [Naturnaher Teich – Vielfalt des Lebens und wunderbarer Platz für Naturbeobachtung](#)

07.04.2022 – [Der naturgemäße Gehölzschnitt](#)

Die Vorträge beginnen jeweils um 18:00 Uhr, die **Teilnahme ist kostenfrei**. Die **Registrierung** zu diesen und weiteren interessanten Veranstaltungen erfolgt unter <https://www.ben-mittelrhein.de/veranstaltungen>.

Weitere Informationen zur Gartenakademie unter <http://www.gartenakademie.rlp.de>