



Landfrauen Küche

*14 bayerische Landfrauen kochen
mit Herz und Leidenschaft*



Ute Leyh

Am Rande der Haßberge vermittelt die Erlebnisbäuerin mit Begeisterung ihr Wissen über den Hofalltag, Pflanzen und Tiere.

„**Manchmal frage ich** mich schon, wie ich das alles unter einen Hut bringe“, sagt Ute Leyh lachend. Tatsächlich ist der Alltag der Landfrau aus Rentweinsdorf am Rande der Haßberge ganz schön stramm. 140 Kühe gilt es zu versorgen, dazu rund 200 Hektar Ackerfläche und einen großen Bauerngarten, in dem das Gemüse für den Bedarf der Familie wächst. Wie gut, dass die Schwiegereltern, ihr Mann und die zwei Angestellten die meiste Arbeit im Betrieb erledigen. Denn so bleibt ihr ausreichend Zeit für das, was sie am liebsten macht: Immer wieder tönt vielstimmiges Kinderlachen über den gut 300 Jahre alten Hof, der am Ortsende auf einer Anhöhe zwischen dem Baunach- und dem Itzgrund liegt.

Denn Ute Leyh ist mit Leib und Seele Erlebnisbäuerin und führt bei Schulausflügen oder Geburtstagsfeiern immer wieder gerne Kindergruppen über den Hof. Für die ganz Wissbegierigen bietet sie auch sogenannte Jahreskurse an, bei denen Gruppen von Kindern zwischen zwei und sechs Jahren mit ihren Eltern vom Frühjahr bis in den Herbst hinein jeden Monat auf den Hof kommen, um den Jahresablauf auf dem Bauernhof zu erleben. „Wir machen ganz viele spannende Sachen: Wir gehen zu den Kühen und füttern sie. Wir gehen in die Wiese und lernen Blumen und Kräuter kennen. Wenn das Getreide reif ist, dürfen die Kinder Korn mahlen und Brötchen backen und dann für das Butterbrot selbst die Butter schütteln ... Selbst wenn Kinder wiederholt dabei sind, wird ihnen nie langweilig: Denn auf dem Bauernhof gibt es immer wieder etwas Neues zu entdecken. Wir müssen für unser Angebot nicht einmal Werbung machen – seit wir damit angefangen haben, ist es ein reiner Selbstläufer.“

Die fünf Jahre alte Entscheidung des bayerischen Kultusministeriums zu empfehlen, dass jeder Grundschüler mindestens einmal auf einem Bauernhof gewesen sein soll, tat ein Übriges, das Bewusstsein dafür zu schärfen, dass auch landwirtschaftliche Kreisläufe wichtige Lerninhalte sind, die sich nirgendwo so gut vermitteln lassen wie direkt am Hof. Ute Leyh, die ursprünglich einmal Grundschullehramt studieren wollte, ist beim Gestalten ihrer Kurse und Kinderevents jedenfalls völlig in ihrem Element. „Das Studium habe ich an den Nagel gehängt, weil mir die

vorgeschriebenen Lerninhalte zu festgefahren waren. Stattdessen wollte ich Dorfhelferin werden. Und während der dafür nötigen Ausbildung in ländlicher Hauswirtschaft habe ich dann meinen Mann kennengelernt“, erzählt sie lachend. Durch die Tätigkeit als Erlebnisbäuerin schließt sich nun für sie quasi ein Kreis. „Gerade mache ich noch eine Ausbildung zur Erlebnispädagogin. Danach kann ich auf dem Hof auch Teamtrainings für Gruppen anbieten.“

Schon ohne diese Ausbildung wäre die unterfränkische Landfrau mehr als ausgelastet, sie hat sechs Kinder: vier Buben und zwei Mädchen zwischen neun und 19. Und wenn es bei den Leyhs Mittagessen gibt – gerne Nudeln in allen Variationen, denn die sind beim Nachwuchs immer gefragt –, sitzen gern einmal zwölf, 13 Personen um den Tisch: Neben den Kindern und ihrem Mann Markus die Schwiegereltern, von denen die Leyhs den Hof übernommen haben, sowie die Mitarbeiter, darunter auch Manuel, ein junger Mann mit Downsyndrom. „Manuel kam zu uns über die Initiative ‚Mensch inklusive‘, sie vermittelt Absolventen der Sonderschule, die nicht in einer Behindertenwerkstatt arbeiten möchten.“ Als Manuel sagte, er wolle gerne etwas mit Kühen machen, fragte die Initiative auf dem Leyh-Hof an; inzwischen ist er aus der Hofgemeinschaft nicht mehr wegzudenken.

Ackerbau, Milchwirtschaft und Stromerzeugung in der Biogasanlage sind die Hauptstandbeine der Familie Leyh. Im traditionellen Bauerngarten des Drei-Generationen-Hofs zieht Ute Leyh mit ihrer Schwiegermutter Gemüse, Beeren und Kräuter für den eigenen Bedarf.



Wildkräutersalat

mit Frischkäse-Kräuterbällchen, Lachs vom Brett und Brotschnecken

Zutaten für 4–6 Personen

Für die Brotschnecken:

400 g Dinkelmehl
100 g Roggenvollkornmehl
Salz · 2 EL Olivenöl
½ Würfel Hefe (20 g)
125 g zimmerwarme Butter
Salz · Pfeffer aus der Mühle
getrocknete Kräuter

Für die Käsebällchen:

200 g Feta (Schafskäse)
200 g körniger Frischkäse
Pfeffer aus der Mühle
2 EL Sonnenblumenkerne
2 EL Leinsamen
2 EL Olivenöl
Löwenzahnblütenblätter

Für den Lachs:

2 EL Wacholderbeeren
2 EL bunte Pfefferkörner
1 Lachsseite mit Haut (ohne Gräten) · Salz

Für den Salat:

Wildkräuter und -blüten der Saison (z. B. Melde, Gänseblümchen, Rotkleeblüten, Sauerampfer, Löwenzahnblätter, Gierschblätter, Spinat, Rote-Bete-Blätter)
1 Kopfsalat oder gemischte Blattsalate

Für das Dressing:

80 ml Himbeer- oder Cranberryessig

10 g Honig
5 EL Olivenöl
Pfeffer aus der Mühle
Salz

- 1.** Am Vortag für die Brotschnecken beide Mehle, 1 TL Salz, das Olivenöl und die zerbröckelte Hefe in eine Schüssel geben. 340 ml lauwarmes Wasser dazugeben und alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig zugedeckt über Nacht kühl stellen oder im Warmen gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- 2.** Am nächsten Tag für die Frischkäsebällchen den Feta mit einer Gabel zerdrücken. Mit den übrigen Zutaten bis auf die Löwenzahnblütenblätter verrühren und zu kleinen Kugeln formen. In den Löwenzahnblütenblättern wälzen.
- 3.** Den Hefeteig auf die Arbeitsfläche legen. Die Butter mit Salz, Pfeffer und den getrockneten Kräutern verrühren. Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Teig zu einem etwa 5 mm dicken Rechteck ausrollen, mit der Kräuterbutter bestreichen und von der langen Seite her aufrollen. Die Rolle in Scheiben schneiden, in Muffinformen setzen und auf der mittleren Schiene etwa 25 Minuten backen. Herausnehmen und lauwarm abkühlen lassen.
- 4.** Inzwischen für den Lachs die Wacholderbeeren und die Pfefferkörner grob zerkleinern. Die Lachsseite mit der Gewürzmischung und 2 EL Salz würzen und ziehen lassen. Ein unbehandeltes Holzbrett mehrere Stunden wässern. Ein Lagerfeuer schüren und den Fisch mit unverzinkten, etwa 10 cm langen Nägeln auf das gewässerte Brett nageln. Das Brett 20 bis 30 cm neben das Feuer stellen. Nach etwa 20 Minuten vorsichtig probieren, ob sich das Fleisch mit der Gabel leicht ablösen lässt. Dann ist der Lachs fertig.
- 5.** Für den Salat die Wildkräuter und -blüten verlesen, waschen und trocken tupfen. Vom Kopfsalat die äußeren Blätter entfernen. Den Salat in die einzelnen Blätter teilen, waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Oder die gemischten Blattsalate waschen und trocken tupfen. Die Wildkräuter und die Salatblätter mischen.
- 6.** Für das Dressing alle Zutaten mit 1 TL Salz und 70 ml Wasser mit dem Stabmixer mischen und aufschäumen. Den Salat kurz mit dem Dressing marinieren.
- 7.** Den Salat auf Teller verteilen und die Frischkäsebällchen daraufsetzen. Den Lachs