

G Gabelbacher Bergpost

Ausgabe: Frühjahr/Sommer 2022



Naturfleisch

Oberweissbach

beste Qualität mit gutem Gewissen

Seite 12 & 13

Alte Gerichte großer
Persönlichkeiten

Berühmte Genießer

Seite 10

Legendär abgefahren

Gabelbachrennen

mit Vollgas bergauf

Seite 4 & 5

Wellness vom Feinsten

Gabelbach SPA

Erholung auf über 1000 m²

Seite 22 & 23

AUS UNSERER CHRONIK

ES WAR

Die wechselhafte Geschichte des heutigen BERG & SPA HOTEL GABELBACH bei Ilmenau in Thüringen beginnt bereits in der 1. Hälfte des 18. Jhd. mit einem kleinen, einräumigen, Forsthäuschen („Kleines Gabelbach“) eines Holzaufsehers und Wegebauknechtes, welches an der Straße Erfurt-Nürnberg entlang des Gabelbach zur Hirtenwiese lag. Dieses stand auf der Gabelbachwiese, dort, wo heute das Volleyballfeld des Hotels liegt.

Nach Abriss, Neubau, mehrmaligem Umbau und Vergrößerung des „Kleinen Gabelbach“ in den 1850er Jahren entstanden 2 Räume. In diesem Gebäude, welches nicht mehr existiert, tagte fortan die legendäre „Gabelbach-Gemeinde“.

August Trinius, geb. 1851, welcher Ihnen/uns hier „Aus der Chronik der Gemeinde Gabelbach“ erzählt, war gelernter Kaufmann und zunehmend journalistisch tätig und lebte ab 1883 als freier Schriftsteller. Sein lockerer Plauderton und gefälliger Stil kamen beim Bürgertum gut an.

1890 zog Trinius nach Thüringen zurück und entwickelte sich als unermüdlicher Wanderer und Schreiber. Seine Wanderliteratur traf auf große Resonanz. Sein bekanntestes Werk, „Der Rennsteig“ erschien 1890 und soll den Ansturm des Bildungsbürgertums auf den Thüringer Höhenpfad eingeleitet haben. Neben dem deutschen „Wanderschriftsteller“, zierten dereinst noch eine Reihe weiterer klangvoller Namen die „Gabelbach-Gemeinde“. Das Jahr 1859 wird als Beginn dieses „feucht-fröhlichen Konviviums“ (Gastmahl/Gelage) bezeichnet. Wir würden diese heute wohl als akademischen Frühschoppen benennen.

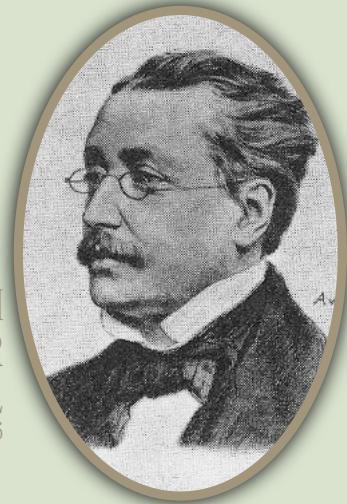


ALTES GABELBACH

EINMAL



JOSEPH
VICTOR
SCHEFFEL
1826–1886



Eine „Gesetzessammlung von Gabelbach“ und „Poetische Opfergaben“ an die Gemeinde Gabelbach spiegeln nicht ohne unfreiwillige Komik den Wunsch würdiger Bürger, den ernsten Pflichten des Alltags in Gemeinschaft und Frohsinn hier oben in diesem kleinen Forsthaus bei gutem Wein und kleinen Speisen zu entfliehen. In einer wunderlichen Mischung aus deutscher Ernsthaftigkeit und Studentenuk suchten sie ihrer Geselligkeit mit Regeln, Ritualen und Reimen einen tieferen Sinn zu verleihen. Sie vergaben „wichtige Posten“, wie den des „Schulzen“, „Vorsitzenden“, „Schreiber“, „Poeten“ und „Historikers“, welche dann natürlich auch Rechte und Pflichten hatten.

Breites Interesse bei unserer Chronik verdienen jedenfalls einige Mitglieder, wie der Dichter Friedrich Hofmann, der Oberamtsrichter Karl Schwanitz, der Dichter Joseph Victor von Scheffel oder der Dichter Rudolf Baumbach, um nur einige zu nennen.

Sie alle waren Persönlichkeiten, die Kunst, Gemeinwohl, Politik und Lebensart trefflich zu verbinden wussten. Deshalb war die „Gabelbach Gemeinde“ wohl mehr als ein „Stammtisch humorvoller und trinkfester Ilmenauer“.

Mehr über die Geschichte unseres Hauses erfahren Sie in der nächsten Ausgabe.



LEGENDÄR & ABGEFAHREN DAS GABELBACHRENNEN

Die Geschichte des ältesten Bergrennens der Welt. 2013 feierte Ilmenau das 100-jährige Bestehen des Gabelbachbergrennens. Durch Recherche des Vereinsmitglieds Herrn Stefan Sandmann im Stadtarchiv konnte nun bestätigt werden, dass bereits 1904 Bergrennen in Ilmenau ausgetragen wurden. 1904 lud der Auto-Klub Ilmenau zum „Motorradrennen nach dem Gabelbach“ ein. In zwei Versuchen erklimm der Sieger in 6:40 min auf einer NSU den Berg. Und das war eine Sensation! Somit steht fest, dass mit dem Gabelbachbergrennen das älteste existierende internationale Bergrennen der Welt in Ilmenau zu Hause ist.

START YOUR ENGINE

Ein unschätzbare historischer Wert für unsere Stadt, an dessen Tradition der Verein unter neuer Leitung anknüpfen möchte. Gestartet wurde damals in der Stadt am Lessingpark, das Ziel war die letzte Kurve vor der Einfahrt des Gabelbachhotels. 1913 schrieb Karl Slevogt, einer der bedeutendsten Konstrukteure der damaligen Zeit, als Sportleiter des ADAC Thüringen eine Bergprüfung in Ilmenau aus, an der erstmals auch 21 Automobile neben 7 Motorrädern teilnahmen.

Unser Hotel ist von Beginn an Teil dieses legendären Rennens. Als Zeileinlauf bietet es die perfekte Kulisse und auch die besten Voraussetzungen für Kulinarik und als Gastgeber.

2021 erwarb das BERG & SPA HOTEL GABELBACH den letzten Teil der Strecke um diesen aufwendig zu erneuern. Nun können die wertvollen Fahrzeuge wieder einen ruckelfreien Zieleinlauf genießen.

Besuchen Sie das Bergrennen und beobachten Sie am besten alles direkt von Ihrem Zimmer aus oder von unserer historischen Terrasse.



1919



2019

SEIT ÜBER 100 JAHREN
DAS GABELBACHRENNEN

DAS ÄLTESTE BERGRENNEN DER WELT!



Auf der historischen und ungekürzten Rennstrecke liefern sich Oldtimer-Begeisterte seit mehr als 100 Jahren das historische und legendäre Gabelbachbergrennen. Jedoch ist hier nicht Geschwindigkeit gefragt, sondern wie sehr ein jeder Teilnehmer sein Fahrzeug beherrscht.

GESUNDE DELIKATESSE ERFURTER BRUNNENKRESSE

Herkunft und Geschichte

Bereits Griechen und Römer verwendeten Brunnenkresse (lateinisch *Nasturtium*). Zu damaliger Zeit wurde sie aber noch nicht kultiviert, sondern an natürlich vorkommenden Standorten gesammelt. Sie kommt ursprünglich aus Europa. Einige Historiker belegen die erste Einführung der Kultur in Deutschland durch Nicolaus Meißner für das Jahr 1650. Jedenfalls entwickelte Christian Reichart (1685–1775) im Raum Erfurt in Dreienbrunnen das Anbausystem in sogenannten Klingen (Wassergräben). Vom 18. Jahrhundert bis heute wird dort im Dreibrunnenfeld des Kressepark Erfurt Brunnenkresse kultiviert. Das Dreibrunnenfeld ist für seine warmen Quellen bekannt. Die würzige Kresse hat dann Jahrzehnte später seinen vielleicht wichtigsten Fürsprecher.



Kein geringerer als Kaiser Napoleon Bonaparte ist bei seinem Erfurter Aufenthalt 1808 so angetan von dem Kraut, dass er kurzerhand einen Gärtner nach Versailles mitnahm, um dort Brunnenkresse nach Erfurter Vorbild anzubauen. Im Jahr 1810 wurden in Frankreich im Tal von Ronette zwischen Senlis und Chantilly Kressegräben angelegt.

Der Bedarf an Brunnenkresse für Paris konnte auch noch 1909 nicht vollständig aus französischer Produktion gedeckt werden.



Von 1929 bis 1932 waren um Erfurt hauptsächlich fünf Familienbetriebe mit dem Anbau beschäftigt und verbesserten das Anbausystem weiter. Das Gemüse wurde per Expresszug in viele Großstädte und nach Frankreich, in die Schweiz und die Benelux-Länder geliefert. Da jedoch im 20. Jahrhundert saubere Oberflächengewässer immer seltener wurden, nahm der Anbau mehr und mehr ab. Seit den 1990er-Jahren erlebt Brunnenkresse jedoch durch Rückbesinnung auf „alte und vergessene“ Gemüse wieder eine Renaissance.



MARKTPLATZ DES GENUSSES

17. - 19.
April
2022

Oster -Eilights

Osterfeiertage
auf Gabelbach

Ostern auf Gabelbach - da wissen Sie,
wie der Hase läuft!

Eine fröhliche, farbenfrohe und köstliche
Zeit mit der Suche nach dem „Goldenen
Ei“ in unserem Hotelpark.



Ab
24. Juni

MATJES yes yes yes

„Trägt die Nixe Schiller-
locken, haut ´s den Matjes
von den Socken!“

Lust auf Meer?

Fangfrische Leckerbissen, ob traditionell
oder neu interpretiert, finden ab Ende
Juni Ihren Platz auf unserer Speisekarte.
Verpassen Sie nicht diesen
unvergleichlichen Geschmack!



24. April
bis
24. Juni

Spargelzeit

Spargel
sticht Erdbeere

Spargel aus Thüringen,
Ausgestochen gut!

Ein fantasievolles Zusammentreffen des
Edelgemüses mit hervorragenden
Weinen aus der Region. Genießen Sie die
Vielfalt des Thüringer Spargels.



Ab Ende
Juli

Drauf gepfiffen!

Gut gepfiffen ist
halb gesungen!

Ab Ende Juli schießen sie wieder...die
Pilze, egal ob zu einem saftigen
Filetsteak oder mit Risotto und Pasta.
Pfifferlinge schenken uns jedes Jahr für
ein paar Wochen ein besonderes
Geschmackserlebnis. Wir teilen es mit
Ihnen.



01. Mai
2022

Terrassen Opening

Wir eröffnen die Terrassen-
saison mit kreativen Cocktails

Zeit für die leichte Kost und guten Wein.
Genießen Sie herrlich
erfrischende Cocktails
kombiniert mit leichten
und bekömmlichen
kulinarischen Highlights.



2022

Das ganze Jahr

voller Specials...

Das gesamte Jahr überraschen wir
unsere Gäste mit vielen tollen
kulinarischen Highlights, ob
Rumpsteakwochen, GeKnödel, den
Kohldampfwochen, Flammkuchen-Tage
und vieles mehr. Die Gabelbach-Küche
ist unberechenbar. 😊



ELEGANZ HAT EINEN NAME SPARGEL -KÖNIGLICHES GEMÜSE

„Veronika, der Lenz ist da...“

Na endlich, wird mancher sagen. Auch wenn Väterchen Frost uns dieses Jahr nicht so beansprucht hat, freut es die meisten, dass Klärchen deutlich mehr wärmende Strahlen sendet. Das bringt dann nicht bloß die Natur zum Erblühen und den Vögeln die Flötentöne bei. Jetzt wird wieder Bein und Haut gezeigt. Also genieße man(n) den tiefen Einblick ins pralle Leben - es lebe das Dekollete!

Um einen ganz anderen Ausschnitt unserer Kulinarik geht es ab Ende April wieder in Kutzleben. Dann haben sich dort im Unstrut-Hainich-Kreis erste vorwitzige weiße Spitzen ans Sonnenlicht gekämpft und es beginnt im Spargel- und Erdbeerhof Kutzleben offiziell die 2022er Saison. Am nördlichen Rand des Thüringer Beckens, ein paar Autominuten von Erfurt weg, wächst das königliche Gemüse trefflich in dem humusreichen, lehmigen Boden. Und das schmeckt man!

Die Stangen schmecken intensiver, kräftiger und sind gleichzeitig wunderbar zart. Seit mehr als 200 Jahren hat der Spargelanbau hier nun schon Tradition. Mittlerweile ist der Spargel zur wichtigsten Feldgemüseart in Thüringen aufgestiegen. Mag des Spargels Form bei dem einen oder anderen zudem erotische Phantasien erwecken, so läuft den meisten von uns vor allem das Wasser im Munde zusammen.

So kann man Spargel einfach klassisch mit Salzkartoffeln und Sauce Hollandaise reichen. Das schmeckt allemal, dürfte wohl auch der am häufigsten praktizierte Umgang mit dem lateinisch „Asparagus“ heißenden Gewächs sein.

Andreas Motter hingegen gerät regelrecht in einen Spargelrausch und heckt zusammen mit seinem Küchenchef Marco Hofmann die allerleckersten Rezepte aus, wenn er an die gute alte Tradition im „Spargelzelt“ auf dem Spargelhof in Kutzleben zurückdenkt, die er einst mit ins Leben gerufen hat. Wer Ausschau halten will ob er ihn im Feld, der Sortierhalle oder im Zelt entdeckt, sollte mal einen Abstecher nach Kutzleben machen.



ASPARAGUS LANGE STANGEN MIT LANGER TRADITION

”Königliches Gemüse”, ”Frühlingsluft in Stangen”, ”essbares Elfenbein” – so vielfältig die Vergleiche, so groß ist auch die Faszination, die Spargel immer wieder und durch die Jahrhunderte auf viele Feinschmecker aus allen Erdteilen ausübt.

5.000 Jahre Tradition?

Angeblich frönten schon vor 5.000 Jahren die Ägypter dem Spargel-Genuss. Grabfresken sollen dies belegen. Da Spargel in Ägypten jedoch nicht heimisch ist, bleibt diese Vermutung eher unwahrscheinlich. Den Griechen hingegen war wilder Spargel als Arzneimittel bekannt.

Heute noch werden dort die Sprossen von *Asparagus acutifolius* (Dornenspargel) gesammelt, der etwas kräftiger als der uns geläufige Kulturspargel schmeckt. Die älteste bekannte Erwähnung stammt von Hippokrates aus Kos (ca. 460-370 v. Chr.).

Auch schätzten die Griechen Spargel wegen seiner harntreibenden Wirkung. Die Römer hingegen haben Spargel wohl erstmals kultiviert. Von ihnen sind ausführliche Kulturanleitungen überliefert, die aber von dem heutigen Anbauverfahren abweichen. Marcus Portius Cato (ca. 234-149 v. Chr.) erläuterte z. B. wie Spargel im Garten angebaut werden könne – ein Zeichen, dass er bei den Römern ein geschätztes Gemüse war.

Wahrscheinlich führten auch die Römer den Spargel in die Region des heutigen Deutschland ein. Er wurde hierzulande zunächst vornehmlich als Arzneimittel, weniger als Gemüse angebaut.

Während der Spargelanbau als Gemüse in Frankreich und England zu Beginn des 16. Jahrhunderts schon weit verbreitet war, entstanden in Deutschland erst um die Mitte des 16. Jahrhunderts die ersten Spargelbeete im „Stuttgarter Lustgarten“. Zu Beginn des 17. Jahrhunderts war Spargel bekannt.

Damals entstanden Anbaugelände, die auch heute noch Bedeutung haben wie z. B. um Berlin. Noch im 19. Jahrhundert schätzte man Spargel wegen seiner vermeintlichen Heilwirkung, weshalb er im amtlichen Arzneibuch vermerkt war und in Apotheken vorrätig sein musste.

Spargel schmeckt nicht nur vorzüglich, er ist auch reich an wertvollen Vitaminen (A, C, B1 und B2) und Mineralstoffen wie Calcium, Phosphor und Kalium. Kaliumsalze und Asparaginsäure regen die Nierentätigkeit positiv an. Abbaustoffe des Stoffwechsels werden dadurch ausgeschwemmt und der Körper entwässert. Spargel ist ebenso figurfreundlich, die zu etwa 94 Prozent aus Wasser bestehenden Spargelstangen sind nicht nur ein schlankes Gemüse, auch die Kalorienzahl kann sich sehen lassen.

Wussten Sie, dass es zur Pflanzengattung der Liliengewächse wie Schnittlauch, Knoblauch und Zwiebeln gehört? Mit nur 2g Kohlenhydraten pro 100g ist weißer Spargel ein vergleichsweise zuckerarmes Gemüse.



SPARGELHOF
KUTZLEBEN



... ausgestochen gut!

BERÜHMTE GENIESSER

Folge 1

Filet Wellington

Das Filet Wellington (auch Beef Wellington genannt) ist ein Fleischgericht, das bereits um 1900 in mehreren deutschsprachigen Kochbüchern enthalten war. Es ist eine Abwandlung des älteren französischen Gerichts Filet de boeuf en croûte. Beim Filet Wellington handelt es sich um ein Rinderfilet mit einer Ummantelung aus Duxelles (einem Püree aus gehackten Champignons, teils auch mit Gänseleberpastete) im Blätterteigmantel. Klassisch wurde es mit einer Demiglace und unter anderem geschmorten Schwarzwurzeln serviert. Heute sind unterschiedliche Beilagen sowie meist eine Madeira- oder Trüffelsauce anzutreffen.

Der Name Filet Wellington soll auf Arthur Wellesley, 1. Duke von Wellington, zurückgehen. Der Legende nach wurde ihm nach der Schlacht von Vitoria in Teig eingebackenes Filet serviert, was in der Folge zu seiner Leibspeise wurde.



Arthur Wellesley 1. Duke of Wellington

(* vermutlich 1. Mai 1769 in Dublin, Irland; † 14. September 1852 in Walmer Castle bei Deal, Kent, England), war Feldmarschall und der herausragendste britische Militärführer der napoleonischen Zeit sowie britischer Außen- und zweimal Premierminister. Er siegte über Napoleon in der Schlacht bei Waterloo.



NATURNAH & REGIONAL

Viel Wasser, super Fische!

Der Forellengrund Helm in Manebach ist eine naturnahe Forellenzucht und Räucherei und seit über 45 Jahren im Familienbesitz. Hier werden hauptsächlich regional im Ilmkreis und Thüringen, frische und geräucherte einheimische Fische, wie Forellen, Lachsforellen, Bachsaiblinge und in der Saison auch Speisekarpfen großgezogen und angeboten.

Auch wir beziehen unsere Forellen von dort und räuchern für unsere Hotelgäste frisch an unserer Grillhütte oder braten sie nach Müllerin Art.

Der Forellengrund feierte 2017 sein 45 jähriges Bestehen. Was mit einer Leidenschaft des Vaters, Siegfried Helm, zum Sportfischen begann, ist heute eine beliebte Adresse, wenn es um heimische Fischspezialitäten geht.

Gespeist durch einen natürlichen Bachlauf des Hirschgrundbaches, ist es möglich, die Forellen ganzjährig mit frischem Quellwasser zu versorgen. Sehr stolz auf das Lebenswerk seines Vaters konnte Volker seit dem 01. Januar 2012 den Forellengrund übernehmen. In alter Tradition, in Verbindung mit einigen neuen Ideen, wird nun der Forellengrund weiter geführt.

In drei Naturteichen wachsen hier die Forellen, Lachsforellen und Saiblinge sehr naturnah heran. Diese zeichnen sich durch hervorragende Qualität und Frische aus. Erst als Speisefische werden sie in ein betoniertes Hälterbecken umgesetzt und können von zukünftigen Gästen und Kunden beobachtet werden.

Überzeugen Sie sich selbst bei einem kleinen Ausflug dorthin.



Ein kleiner Ausflugstipp

Die Lütsche Talsperre ist ein Stausee ganz in der Nähe unseres Hotels. Besonders im Sommer ist sie ein Besuch wert. Der ansässige Angelsportverein Frankenhain e.V. bewirtschaftet das Salmonidengewässer nach ökologischen Grundsätzen. Neben Zander, Schleie und Weißfisch ist die Lütsche Talsperre bekannt für ihren guten Bestand der heimischen Bachforelle.

BESTE QUALITÄT MIT GUTEM GEWISSEN

NATUR



FLEISCH

Hinter dem Haus die Kühe auf der Weide und davor im Hofladen frische Wurst und frisches Fleisch einkaufen? Das gibt es tatsächlich noch in der Naturfleisch GmbH Rennsteig in Oberweißbach. Seit vielen Jahren sorgen 100 Mitarbeiter dafür, dass Gastronomie, Einzelhandel und auch Individualkunden jeden Tag mit frischen Waren versorgt werden und jeder einzelne brennt jeden Tag für dieses tolle Produkt. Um einmal zu sehen, wie viel Arbeit, fleißige Hände, Liebe, Zeit und vor allem Sorgfalt es braucht, bis ein Steak vom Rind auf dem Teller unserer Gäste mit köstlichen Beilagen angerichtet werden kann, besuchten wir die Rennsteig-Fleischerei.



Zusammen mit der „Fleischrind GmbH Oberweissbach“ vereint dieser Betrieb noch den gesamten Prozess, von der Züchtung der Rinder bis zum fertigen Steak und bester Thüringer Wurstwaren.

Rindfleisch braucht ungefähr 14 Tage bis 8 Wochen Reifezeit (je nach Körperteil und Weiterverarbeitung), frisch geschlachtetes Rind, das sofort gebraten wird, käme eher einer Schuhsohle, als einem Hochgenuss gleich.

Im Laufe dieses Reifeprozesses verliert das Fleisch ca. 35 % seines Eigengewichts.



Kühlhäuser in einer Fleischerei sind eine ganz schön frische Angelegenheit, da das Fleisch bei mehr als 4 Grad schnell verdirbt. In den Zerlegungs- und Verarbeitungshallen ist es, bei 14 Grad schon fast gemütlich. So richtig schön heiß bekommt es lediglich die Wurst im Glas bei 118 °C, allerdings auch 1,5-2 bar Druck von unten. Nach zwei Stunden wird das Ganze heruntergekühlt und kann so besser gelagert werden. Konservieren ohne Konservierungsstoffe sozusagen.



REGIONAL UND NACH ALTEN REZEPTEN

Zusätzlich zur Fleischverarbeitung wird am Tag auch eine Tonne Suppe in kleine 500 Gramm Pakete abgefüllt- kleine Mittagsportionen für den schnellen Hunger sozusagen.

Wussten Sie, dass die Rillen in der Salami durch den Trocknungsprozess entstehen? - Wir bis heute auch nicht. Die meisten Rezepte sind natürlich Betriebsgeheimnisse, die seit vielen Jahren von den Mitarbeitern gehütet werden, natürlich alle nach deutschem Reinheitsgebot. Wir Thüringer haben jedoch das Glück, dass wir einfach in einer der 12 Filialen im Umkreis von 50 km oder direkt in die Fleischerei einkaufen gehen können. Da die, wie der Chef betonte, „weltbeste Bratwurst“ allerdings auch zum Beispiel an der Ostsee sehr gefragt ist, werden auch mal 3 Tonnen schockgefrostet bis nach Rügen geliefert. Auch große Handelsketten, wie Edeka und Rewe, werden nahezu täglich beliefert.

Und natürlich wir, das **Berg und Spa Hotel Gabelbach**, damit unsere Gäste bestes Thüringer Rind- und Schweinefleisch genießen können.

Fleisch & Wurst

THÜRINGER HANDWERK SCHMECKEN



NICHT LANG QUACKEN JETZT WIRD GEBACKEN

Unsere besten Brot-Rezepte zum Selbermachen.

Außen ein knuspriger Rand und innen ein luftig-lockerer Teig. So lieben wir unsere Brote. Doch viel zu oft scheint der Aufwand zu groß zu sein, um ein Brot selber zu backen. Deshalb haben wir hier unsere besten Brot-Klassiker gesammelt.

Jeden Sonntag backen wir für Sie wechselnde kleine 500g Brote für den „langen“ Weg nach Haus. Ob natur, mit Kürbiskernen, Nüssen, Karotten oder Röstzwiebeln, probieren Sie es aus. Der Trend in Deutschland geht immer mehr zum Selbermachen anstatt Fertiges zu kaufen. Neben vielen anderen Themen und Trends um Nachhaltigkeit ist das auch in der Ernährung so. Es wird mehr auf die Gesundheit geachtet und alle Zusatzstoffe genau unter die Lupe genommen. Deshalb entscheiden sich auch immer mehr Menschen, ihr Brot selber zu backen.

Unser Roggenbrot aus Mehl von der Mühle in Neudietendorf

Sauerteig besteht aus Milchsäurebakterien und Hefen, die für eine dauerhafte Gärung des Teiges sorgen. Dadurch wird der Teig aufgelockert. Gerade bei Roggen ist der Sauerteig wichtig, da Roggenbrote sonst nicht richtig aufgehen würden. Sauerteig wird dann zusätzlich zur Hefe zugegeben. Durch den Sauerteig werden Roggenbrote schön luftig. Weitere positive Eigenschaften des Sauerteigs sind der bekannte, leicht säuerliche Geschmack und die besonders lange Haltbarkeit, da Sauerteig den Schimmelprozess am Brot verlangsamt.

So wird's gemacht

Für das reine Roggenbrot alle Zutaten mit der Knetmaschine oder dem Handmixer zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig abgedeckt an einem warmen Ort ca. 3 Stunden ruhen lassen. Anschließend den Teig in zwei gleichgroße Stücke teilen. Die Teigstücke rundwirken, in Roggenmehl wälzen und in gemehlte Gärkörbe oder auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Nochmals abgedeckt an einem warmen Ort ca. 40 Minuten gehen lassen. Kurz mit Wasser überpinseln und im vorgeheizten Backofen die ersten 10 Minuten Backzeit die Hitze auf 210°C halten, anschließend auf 170 °C herunternehmen und weitere 40 Minuten backen. Nach dem Backen das Brot auf einem Gitter oder Holzbrett auskühlen lassen.



DAS JAHR DER BIENEN TEIL 1

Der Jahresablauf der Bienenvölker richtet sich nicht nach unserem Kalenderjahr, sondern folgt der Entwicklung der Natur. Die Entwicklung des Bienenstaats ist an den Verlauf der Jahreszeiten gekoppelt. Die Temperatur und das Blütenangebot regeln die Volksstärke, die ab Frühling und bis zum Sommer stetig ansteigt.

MÄRZ & APRIL

Mit dem einsetzenden Frühling werden nun auch unsere 6-beinigen Kolleginnen wieder aktiv und beginnen den Stock auf etwa 35 °C aufzuheizen. Auch draußen wird es wärmer, das Blütenangebot in der Natur nimmt zu, die Bienen tragen neben dem ersten Nektar vor allem reichlich Pollen ein und die Königin legt fleißig Eier - weit über tausend pro Tag sind möglich. Schnell wächst so das neue Volk, um in der kommenden Haupttrachtzeit genügend Vorräte für den Winter eintragen zu können.



MAI & JUNI

Im Mai liegt die Hauptblütezeit und es gibt Nektar wie auch Pollen im Überfluss. Neben Frühlingsblumen, wie Löwenzahn und Vergissmeinnicht, zählen vor allem Obstbäume und die gelben Rapsfelder zu den Nahrungsquellen der Bienen. Ohne Blütenpolleneiweiß gibt es keine neue Brut.

Aufgrund der guten Versorgung läuft die Königin zur Höchstform auf und legt bis zu 2000 Eier täglich. Da kann es im Bienenstaat leicht zu eng werden. Die Lösung dafür ist das sogenannte Schwärmen: Ein Teil der Bienen verlässt mit der alten Königin das Volk und sucht sich an anderer Stelle ein neues Zuhause. Die Rolle der alten Königin im verbleibenden Volk übernimmt ihre neu geschlüpfte Tochter.



Auf diese Weise entstehen zwar aus einem Volk zwei und die Bienen sichern so das Überleben ihrer Art - seit vielen Millionen Jahren. Der erfahrene Imker schreitet hier ein um keins seiner Völker zu verlieren.

Jetzt geht es auch mit Bauarbeiten im Bienenstock los und der Platz zum Honig lagern wird vergrößert. Auch wir helfen dabei und weitere Beuten mit Rähmchen zum Wabenausbau werden als Honiglager aufgesetzt.

Mitte Juni treffen wir dann alle Vorbereitungen, um Honig zu ernten. Die Honigräume sind voll mit Honig und die Bienen haben diese Waben auch fleißig verschlossen. Wir kontrollieren nun jede Wabe und nehmen die Gefüllten heraus, um das süße Gold zu schleudern. Ein Teil bleibt natürlich für unsere Arbeiterinnen. Mit dem beginnenden Juli endet das Bienenjahr.

Wie es dann im Bienenstock danach weiter geht und wie unser Honig-Jahrgang 22 geworden ist, berichten wir im nächsten Heft. Am besten verkosten Sie Ihn gleich in unserem Shop.

DEIN WEG - DEIN JOB KARRIERE AUF GABELBACH



WERDE GASTGEBER! WIR SUCHEN GENAU DICH

Bewirb Dich jetzt und starte durch unter:
Tel.: 03677/8600 oder per Mail an info@gabelbach.com

ICH WOLLT ICH WÄR EIN HUHNI!

Unsere Seidenhühner „Die Stars der Herzen“

Die wohl Auffälligsten unserer bunten Truppe sind die Kleinsten. Das harmonische Wesen, die Zutraulichkeit und das ausgeprägte Sozialverhalten zu Mensch und Artgenossen sind nur einige Gründe für die Zusammenarbeit mit diesen kleinen „Flauschebällchen“.



Der Schweizer Naturforscher Conrad Gessner erwähnte die schneeweißen Wollhühner mit schwarzer Haut 1555 in seinem Vogelbuch. Seidenhühner gehen vermutlich direkt auf Wildhühner aus dem Himalaja und dem Gebiet der Mongolei zurück, die durch die Mongolen vor rund 4000 Jahren domestiziert wurden. Sie kamen dann vermutlich in Ostasien im chinesischen, japanischen oder indischen Raum vor und werden auch als japanische Seidenhühner bezeichnet, um sie vom siamesischen Seidenhuhn mit heller Haut unterscheiden zu können.

Aufzeichnungen aus dem Jahr 1793 erklären, dass diese Seidenhühner in Holland, Westfalen und Burgund vorkommen.

Erst zu dieser Zeit kamen die Seidenhühner nach Europa. Die Niederländer haben sie möglicherweise als Kreuzung aus Huhn und Kaninchen oder Katze angepriesen. Zumindest entstand das Gauklerhuhn, welches überall als solch eine Kreuzung gezeigt wurde.

Eine weitere Besonderheit der Seidenhühner ist, dass sie Winterleger sind, die im Sommer zeitweise pausieren. Um Weihnachten herum fängt bei ihnen die Legesaison an. Wir haben hier am Standort pro Henne rund 80 helle Eier pro Jahr, welche jeweils ca. 40 Gramm schwer sind. Mit einem Gewicht von 1,1-1,4 kg für Hennen und 1,4-1,7 kg für Hähne sind diese Exemplare die leichtesten unserer Hühnerfamilie, die auch mal das Gefieder der Artgenossen pflegen.

Gut zu wissen...

Seidenhühner haben komplett schwarze Haut und schwarzes Fleisch, welches in unseren Breiten eher nicht in Topf und Pfanne endet. In China gelten sie gerade aus diesem Grund als Delikatesse und den ebenso schwarzen Knochen wird Heilkraft beigemessen.



GREEN FOREST PROJEKT GABELBACH

„DIE WELT VERÄNDERT SICH
DURCH DEIN VORBILD,
NICHT DURCH DEINE MEINUNG!“

Wir lieben und pflegen unseren Wald

Also seien Sie dabei und engagieren Sie sich gemeinsam mit uns und dem Thüringer Forst für Nachhaltigkeit und Klimaneutralität.

Zusammen mit Ihnen, als unsere Hotelgäste, möchten wir unseren Teil zu einer nachhaltigen Entwicklung beitragen, ob bei Ihrer Hotelübernachtung, Ihrer Veranstaltung oder auch als Geschenk für Ihre Liebsten oder Kollegen. Entspannung für den Gast ist hier bei uns gleichzeitig Erholung für und mit der Natur.

Wir möchten Sie bitten uns bei unserem regionalen Aufforstungsprojekt unter die Arme zu greifen. Hintergrund ist, dass unsere Wälder durch die langen Trockenperioden und Klimaextremen geschwächt sind und vor allem die Fichtenbestände für den Borkenkäfer gefundenes Fressen darstellen. Sie können ganz einfach ein Teil davon sein, indem wir gemeinsam unsere heimischen Wälder rund um unser Hotel wieder aufforsten!

Denken Sie an Ihre Kinder, Enkel, Urenkel und schaffen Sie heute ein stabiles Ökosystem für die nachfolgenden Generationen. Spenden Sie einen, zwei oder mehr Bäume für unseren Thüringer Forst! Wir senden Ihnen als Dankeschön ein attraktives, personalisiertes Geschenk mit Zertifikat für Ihren Baum zu. Zweimal im Jahr veranstalten wir dann mit allen Spendern und Naturfreunden eine große Pflanzaktion.

Unter dem Kennwort „**Green Forest**“ können Sie bei uns weitere Informationen zur Baumpflanzaktion erhalten. Helfen Sie mit, wir freuen uns auf Ihren Anruf und eine zahlreiche Beteiligung.

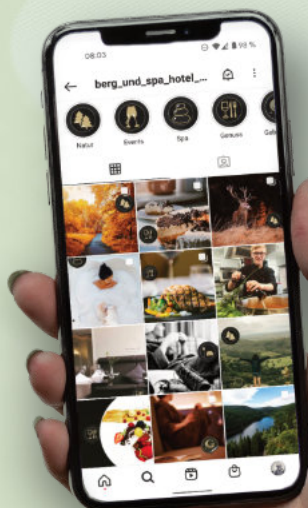
GABELBACH FÜR UNTERWEGS

ONLINE

Sie willst sich genau informieren, bevor Sie zu uns zu Besuch kommen? Ihr nächster Urlaub liegt noch in der Ferne und Sie brauchen Inspiration? Oder Sie können einfach nicht genug „Gabelbach“ bekommen? Dann besuchen Sie uns doch bei Facebook und Instagram! Dort bekommen Sie mehrmals pro Woche neue Infos und witzige Bilder aus Ihrem Lieblingshotel im Thüringer Wald. Wir stellen Ihnen auch gerne unsere Mitarbeiter, vor und hinter den Kulissen vor. Kulinarische Updates laden Sie zu besonderen Abenden ein.

Wir nehmen Sie mit, zu interessanten Neuheiten und spannenden Projekten. Gerne können Sie auch über Facebook oder Instagram mit uns kommunizieren, falls Sie Fragen oder besondere Wünsche haben.

Wir thematisieren jede Woche Dinge, die uns und unsere Gäste bewegen, wie Nachhaltigkeit, Genuss, Kultur und Natur. Klicken Sie jetzt auf den „abonnieren“- Button und verpassen Sie keine News des „Berg & Spa Hotel Gabelbach“ mehr.



28. AUGUST 2022 7. SOMMERFEST AUF GABELBACH

Hart haben uns die Auswirkungen der Pandemie mit der Schließung des Hotels getroffen. Auch unsere beliebten, über die Region hinaus bekannten Feste wie das „Sommerfest auf Gabelbach“ als auch unser „Romantischer Weihnachtsmarkt auf Gabelbach“, fielen 2 Jahre den behördlichen Auflagen zum Opfer.

Wir bleiben zuversichtlich und möchten Sie schon heute zum 7. „Sommerfest auf Gabelbach 2022“ am Sonntag, den 28.08.2022 im und um das „BERG & SPA HOTEL GABELBACH“ machen.

Wie jedes Jahr präsentiert das Hotel seinen Hotelgäste und natürlich allen regionalen Gästen einen Tag voll fröhlichem Treiben und vielseitigen Genüssen.

Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche Stunden, handgemachte Musik verschiedener Genres, die Genuss-Meile mit einem Bowle-Stand, der Wein- und Sektbar, der Köstritzer Bierbar, Wildschwein vom Spieß und deftige Grillspezialitäten, Dösdorfer Schafskäsegerichte, Crêpes, selbstgemachte Marmeladen, verschiedene Eis- und Kuchenvariationen und vieles mehr.

Der Handwerker- und Künstlermarkt mit Holz- und Metallkünstlern sowie Schmuck- & Keramikdesigner sorgen im Hotelpark für Abwechslung. Natürlich darf eine Hotelführung nicht fehlen. Die Schützengesellschaft Plaue e.V. 1834 lädt



10 Uhr - 18 Uhr
Eintritt frei

zum Luftgewehrschießen mit Auslosung des Schützenkönigs sowie Bogenschießen ein.

Auch in diesem Jahr stehen für die Kinder wieder viele interessante Mitmach-Stationen bereit, wie die Bastelbank, die Kletterwand, Sandstein klopfen, Plüschtiere selber stopfen, Töpfern, Torwandschießen, Filzen und Holz sägen, Pony reiten u.v.m. Die „Kinderschminkerin“ sorgt für einmalige Fotomotive. Ein kleiner Streichel-Zoo lädt zum Kuscheln ein.

Hereinspaziert! In unserem Bankettsaal eröffnen wir wieder eine kleine „Künstler-Veranda“. Thüringer Künstler präsentieren und verkaufen Ihre Bilder, Skulpturen und phantasievolle Kreationen. Wie wäre es mit einer persönlichen Karikatur vom „Rekord-Schnellzeichner“ Werner Michael? Die Foto-Aktion von AnLi Fotografie Ilmenau sorgt im Hotelpark für das längst fällige Porträt-, Familien- oder Kinderfoto in traumhafter Kulisse.

Unser Shuttle-Bus vom IOV Ilmenau sorgt, von Ilmenau zum Hotel oder zurück, ab 10.00 Uhr und nach Verfügbarkeit für eine entspannte Anfahrt.

Tragen Sie sich den Termin doch schon in Ihren persönlichen Eventkalender ein und freuen Sie sich auf einen herrlichen Sommertag in Familie, im Freundes-, Kollegen oder Bekanntenkreis.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Mehr Informationen zum Sommerfest finden Sie rechtzeitig auf unserer Website und in den sozialen Medien.

EIN FEST FÜR ALLE SINNE

*Save the
Date*



WELLNESS VOM FEINSTEN

GABELBACH SPA

„DAS GLÜCKLICHSTE LOS
IST DIE ENTBINDUNG
VOM TUN UND LASSEN“

Arthur Schopenhauer

Gehen Sie auch gerne in die Sauna? Wenn ja, sind Sie hier im Spa-Bereich unseres Hotels genau richtig. Nehmen Sie sich eine kleine Auszeit und genießen Sie unsere schön angelegten Saunen, mit Saunagarten, kleiner Vitalbar und Ruhebereichen.

Wer hat die Sauna nun eigentlich erfunden?

Wahrscheinlich hat sich irgendwann jeder schon einmal die Frage gestellt, wer die Sauna denn eigentlich erfunden hat. „Na klar, die Finnen waren das, wer auch sonst?“, werden Sie vielleicht auch denken. Ganz so eindeutig ist die Sache jedoch nicht. Denn Historiker gehen heute zumindest davon aus, dass das Schwitzbad bereits vor mehreren tausend Jahren im ostasiatischen Raum erfunden wurde. Als die finno-ugrischen Stämme dann gen Westen zogen, wurde diese Tradition vermutlich einfach mitgenommen.

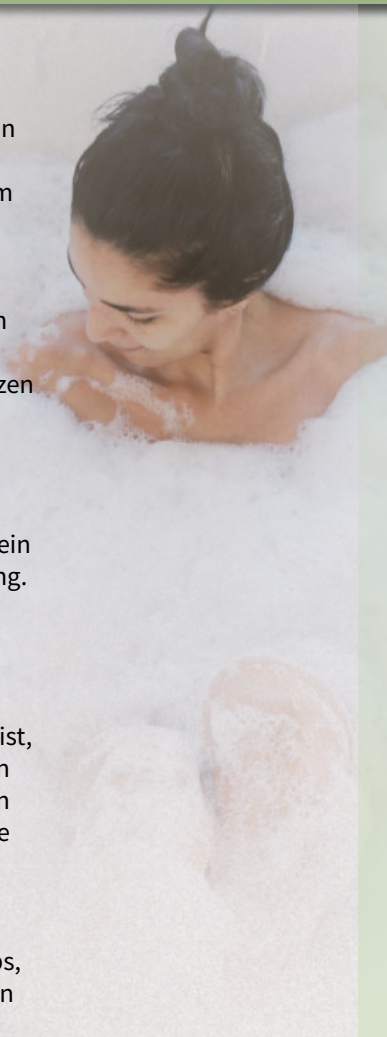
Fakt ist aber: Niemand hat die Saunakultur und auch den Begriff Sauna als solchen so stark geprägt, wie die Finnen. Von Finnland aus verbreitete sich das Saunieren auch nach Mitteleuropa, wo es sich jedoch im Laufe der Zeit teils in ganz andere Richtungen entwickelt hat.



ENTSPANNUNG AUF ÜBER 1000 m²

Mit diesem Wissen ausgerüstet machen wir uns nun auf den Weg in die erste unserer Saunen und lassen uns auf den Holzbänken nieder. Der Ofen bollert und wir schwitzen bei beachtlichen Temperaturen um 100°C. Unser Saunameister verpasst mit eleganter Handbewegung dem Ofen zwei Kellen aromatisiertes Wasser und wedelt anschließend gekonnt aus der Hüfte, uns den heißen Dampf um die Ohren. Nun heißt es durchhalten. Durch das gemeinsame Schwitzen entsteht eine gewisse Bindung unter den Saunagästen, man entblößt sich, kann im wahrsten Sinne des Wortes nichts verbergen oder verheimlichen und leidet gemeinsam Qualen. Die Sauna ist so seit Jahrhunderten ein Ort der seelischen und körperlichen Reinigung. Nacktsein wird als etwas Natürliches betrachtet, wofür man sich nicht schämen braucht.

Nachdem der erste Saunagang überstanden ist, lockt die Abkühlung. Dazu nutzt man unseren Eisbrunnen, die kalte Dusche im Saunagarten oder im Winter gerne auch ein Bad im Schnee und reibt sich damit ab. Nun kommt der nächste Sauna-Mitarbeiter ins Spiel und serviert mit einem charmant, freundlichem Lächeln einen eisgekühlten Pflaumenschnaps, erfrischende Obstspieße, für die Damen einen Smoothie oder Prosecco.



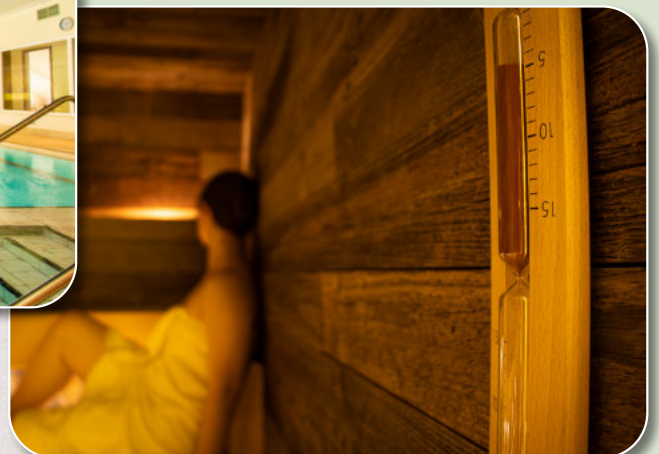
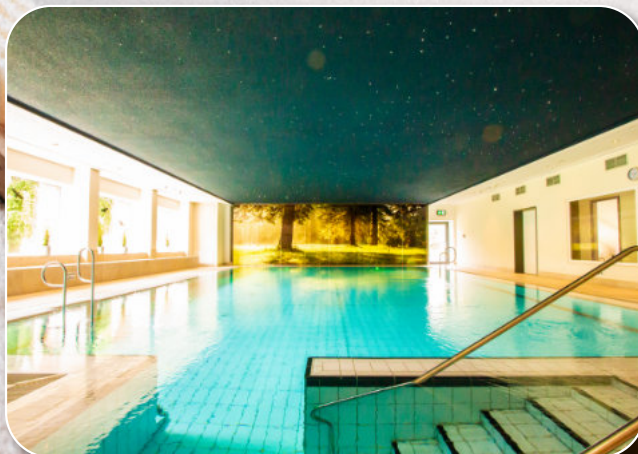
Die kalten Erfrischungen bilden einen spannenden Kontrast zur heißen Sauna und regen den Blutkreislauf tüchtig an. Für manche Frostbeule hierzulande nicht immer vorstellbar. Natürlich gibt es bei soviel Spaßfaktor auch einen Haken, nämlich das Einhalten einiger Regeln zum Schutz Ihrer Gesundheit.

Apropos Gesundheit: Unsere Meersalzpeelings in 6 Aromen-Variationen eignen sich hervorragend als Hautpflege. Vor dem Saunabad, um die Hautoberfläche zu animieren, während des Saunagangs, zur Aktivierung der oberen Hautpartien und deren Abwehrkräfte. Das Massagesalz versorgt die Haut mit wichtigen Mineralstoffen, der Peelingeffekt entfernt verkrustete Hautzellen. Die Haut fühlt sich weich und geschmeidig an, was kann es Schöneres geben.

Nach etwas Entspannung und dem Lesen eines guten Buches, hat man jetzt zwei Möglichkeiten. Es wartet der nächste Saunagang in unserer Außensauna auf Ihren Besuch oder unsere versierten Mädels verpassen Ihnen eine wohltuende Ganzkörpermassage, eine Rückenmoorpackung oder eine ayurvedische Fußmassage. Und wieder haben Sie die Qual der Wahl.

In diesem Sinne

„Ist die Sauna zu heiß, sind Sie zu schwach“!
Viel Spaß und Erholung in unserem Gabelbach-SPA!



ZU GUTER LETZT...

BESTE AUSSICHTEN

Eine kleine Vorschau auf unsere Herbst / Winter Ausgabe 2022

Bevor die Enttäuschung zu groß wird, dass Sie jetzt unsere Bergpost zu Ende gelesen haben - Wir können Sie beruhigen, denn es wird weiter gehen mit unserem Magazin rund um Ihr Lieblingshotel.

Die nächste Ausgabe ist bereits in Arbeit und wir nehmen Sie mit nach Duderstadt in die Candle Factory, berichten über „Nicolai & Sohn“ - eine herausragende Gin Brennerei in Erfurt und stellen Ihnen unser Housekeeping vor.

Das ist jedoch noch lange nicht alles. Wir nehmen Sie mit auf eine kleine Bilderreise vom Hotel bis auf den Kickelhahn und zeigen Ihnen, wie es mit unseren Bienen weiter geht.

Es wird also wieder viel zu lesen und zu entdecken geben. Ab September 2022 bekommen Sie die neue Ausgabe kostenfrei direkt bei uns im Haus.

Bleiben Sie gesund und neugierig!

Wir sehen uns auf Gabelbach.



Wir sehen uns auf Gabelbach...
Ihr Gastgeber

A. Motter

IMPRESSUM

Herausgeber und verantwortlich für den Inhalt **BERG & SPA HOTEL GABELBACH**

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer **Peter Schulz**

Redaktion & Anschrift **Berg- und Jagdhotel Gabelbach GmbH Am Gabelbach 1 98693 Ilmenau**

Layout & Bearbeitung **Marco Hofmann**

Redaktion **Gabriela Zänglein
Anna Weißenborn
Aileen Fischer
Andreas Motter**

Telefon **03677/860-0**

Telefax **03677/860-222**

E-Mail **info@gabelbach.com**

Internet **www.hotel-gabelbach.de**

Registergericht **Jena**

Registernummer **HRB 507240**

UST.Ident.Nr. **DE 280 458 586**

Auflage **1000 Stk**

Verkaufspreis **0,00 € (kostenfrei)**

Nächste Ausgabe **September 2022**

