

Wer dem Glaswinklerhof bei Bad Tölz einen Besuch abstattet, wird bereits von Weitem vom aufgeregten „I-a“ der Esel begrüßt. Daneben recken die Lamas auf der Weide neugierig ihre Köpfe in die Luft. Freilaufende Hasen hoppeln über das Anwesen, und auch das freudig grunzende Hängebauschwein erscheint zur Begrüßung. Hier, wo Mensch und Tier noch harmonisch im Einklang miteinander leben, ist Maria Walser zuhause. Nachdem die Bäuerin das Gut vor einigen Jahren ihrer Tochter übergeben hatte, richtete sie sich ein Kräuterstübl im Nebengebäude ein. Dort bietet sie nun Seminare in Kräuterkunde, aber auch Kurse für Milchkosmetik an. „Viele denken, dass ich das Wissen von meiner Mutter vermittelt bekommen habe, aber dem ist nicht so“, gesteht Maria. „Ich habe es mir selbst angeeignet. Denn ich lebte zwar im Grünen, kannte aber kaum die Pflanzen um mich herum. Das wollte ich ändern“, sagt sie. Darum absolvierte die Naturliebhaberin eine Ausbildung zur Kräuterpädagogin und stellte dabei fest, dass Milch ein wahres Wundermittel ist. Denn die weiße Köstlichkeit besitzt wertvolle Inhaltsstoffe, von denen sich viele für eine nachhaltige Hautpflege eignen. „Das Fett in der Milch ist unserem Hautfett sehr ähnlich. Es hat eine beruhigende und regenerierende Wirkung“, erklärt die Bäuerin. Der Milchzucker verleiht Feuchtigkeit, die Säure in der cremigen Flüssigkeit stabilisiert den PH-Wert der Haut und bewahrt ihren Säureschutzmantel. Zudem regen ihre Enzyme die Zellbildung an, und Proteine schützen vor dem Austrocknen. Bei rissigen Händen



IN DER STUBE
In urigem Ambiente gibt die Bäuerin Kurse und Seminare zum Thema Milchkosmetik.



NATUR PUR
Ihren Cremes mischt Maria gerne ätherische Öle bei, für einen feinen und angenehmen Duft.

FOTO: DR. HAUSCHKA

Landfrau-Tipp
Bevor man die Creme herstellt, ist es wichtig, Pürrierstab und Messbecher sorgfältig zu desinfizieren. Sonst wird die Milch nicht fest.



DIE ZUTATEN
für das Handbad in einer großen Schüssel vermengen und dann die Finger tief hineinhalten.



IDYLLISCH Der Glaswinklerhof liegt zwischen satten Wiesen in der malerischen Natur der Tölzer Voralpen.

„Milch und Kräuter gehören für mich zur Heimat dazu. Darum bin ich mit ihnen auch so vertraut.“



WÜRZIG UND AROMATISCH Kräuter sind Maria Walsers Leidenschaft. Bei der Herstellung der Milchkosmetik sind sie wertvolle Zusätze.

empfiehlt sich zum Beispiel ein Peeling. Dafür benötigt man eine sehr große Schüssel, frische Vollmilch, Ringelblumen sowie etwas Salz und Honig. Nach der Anwendung fühlen sich die Finger geschmeidig an. Eine wahre Wohltat, die sich jeder daheim gönnen kann. „Das Gute an dieser Art von Kosmetik ist, dass man eigentlich alle Zutaten im Kühlschrank oder im Küchenregal hat“, schwärmt Maria. „Die Produkte sind sehr einfach und schnell hergestellt. Allerdings sind sie nicht lange haltbar, da ich keine konservierenden Zusätze verwende. Man sollte sie also zügig verbrauchen“, rät sie. Gerne gibt die Expertin auch verschiedene Kräuter zur Milch dazu: Thymian, Schafgarbe und Salbei beruhigen gereizte Hautpartien, Schachtelhalm ist entzündungshemmend und Zitronenme-

lisse fördert die Durchblutung. Vor allem Honig ist für Maria eine unverzichtbare Zutat: „Er zieht die ätherischen Öle aus den hinzugefügten Blütenblättern und entfaltet somit ihre Wirkung.“ Mittlerweile hat die Bäuerin schon einen großen Fundus an Kosmetikrezepten für Peelings, Masken, Cremes und Badezusätzen, von denen wir Ihnen nun einige vorstellen. Probieren Sie es einfach aus! Die Hauptzutat ist schnell im nächsten Supermarkt besorgt. In Marias Fall ist das der eigene Kuhstall. ❖

ADRESSE UND KURSE

Glaswinklerhof

Maria Walser, Glaswinkl 111,
83646 Wackersberg, Tel. 0 80 41-
37 01, www.kraeuter-stueberl.de