



Christine Lackner

# Einfach. Weihnachten

Durch die stillste Zeit im Jahr

*Christine Lackner*

# *Einfach Weihnachten*

*Durch die stillste Zeit im Jahr*

## Begriffsbestimmungen

(Back-)Rohr	Backofen
Eidotter	Eigelb
Eiklar	Eiweiß
Einbrenn	Mehlschwitze
Jänner	Januar
Feber	Februar
Flotte Lotte	Passiergerät
Marmelade	Konfitüre
Nudelwalker	Teigrolle
Schlagobers	süße Sahne
Rahm	Sahne
Staubzucker	Puderzucker
Ribiseln	Johannisbeeren
Erdäpfel	Kartoffeln

## Impressum:

© by Leykam Buchverlagsgesellschaft m.b.H. Nfg. & Co. KG,  
Graz / Wien 2018

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotografie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Der besseren Lesbarkeit des Textes halber wurden Begriffe nicht gegendert. Dennoch möchte der Text geschlechtersensibel verstanden werden.

Layout + Satz: Gerhard Gauster  
Lektorat: Mag.phil. Doris Leppitsch  
Gesamtherstellung: Leykam Buchverlag

ISBN 978-3-7011-8070-7  
[www.leykamverlag.at](http://www.leykamverlag.at)

## Danksagung

Auf keinen Fall möchte ich es verabsäumen, mich bei einigen Menschen für ihre Unterstützung bzw. Wegbegleitung zu bedanken: Bei meiner Familie, die mich bei all meinen Projekten liebevoll unterstützt, so auch bei der Verwirklichung dieses Buches.

Bei meinem Sohn Michael Lackner für die Bereitstellung einiger Fotos in diesem Buch, allen voran das Portrait.

Bei meinem Sohn Emanuel für die vielen interessanten Gespräche über Kräuter.

Bei Mag. Egbert Pöttler, Direktor des Österreichischen Freilichtmuseum Stübing, dass ich im Österreichischen Freilichtmuseum Stübing (ÖFM) fotografieren durfte.

Bei Mag. Michaela Steinböck-Köhler und Ing. Klaus Seelos (ÖFM) für die interessanten Gespräche über das bäuerliche Brauchtum.

Bei Ute Krüssmann für das Foto mit den vier Quirln (ÖFM).

Bei Christa Russow, dass ich sie beim Werken in der Bauernstube mit dem Fotoapparat beobachten durfte.

Und zu guter Letzt beim Leykam-Verlag für die umsichtige und gute Betreuung dieses Buchprojektes.

Übrigens, ich empfehle den Besuch des Österreichischen Freilichtmuseums in Stübing sehr.

## Liebe Leserin und lieber Leser!

Es freut mich riesig, dass wir gemeinsam durch die Weihnachtszeit gehen werden. Es ist die Zeit, auf die ich mich jedes Jahr schon so sehr freue. Es ist einfach eine mystische und eine ganz besondere Zeit. Damit es auch für Sie eine wirklich stille Zeit werden kann, habe ich nun dieses Buch geschrieben. Sie finden hier Impulse, Tipps und Ideen, die ich selbstverständlich alle selbst alle Jahre wieder ausprobiere. Es sind ausschließlich einfache Dinge, die zur Ruhe kommen lassen und zu einem kleinen Fest der Sinne werden können. Alle Kapitel sind mit viel Liebe zusammengestellt. Selbstverständlich spielt die Saisonalität, Regionalität, Umwelt und Fair Trade der verwendeten Produkte eine große Rolle.

Im Überblick finden Sie nicht nur die Seitenangaben der einzelnen Themen, sondern auch deren Zuordnung zu den einzelnen Tagen. Sie können den Überblick wie einen Adventkalender nützen. Außerdem haben Sie auch Platz, sich an jedem Tag ein paar Notizen zu machen. Hier können Sie sich zum Beispiel all das notieren, was Sie an diesem Tag besonders glücklich macht.

Von ganzem Herzen wünsche ich Ihnen und all den Menschen, die Sie lieben, eine wunderbare Weihnachtszeit!



Ihre ORF-Kräuterexpertin  
Christine Lackner

# Überblick

Basteln mit Naturmaterialien.. . . . .	9-29
Backen .. . . . .	31-51
Geschenke aus der Natur .. . . . .	53-77
Hausmittel – Kräuter – Räuchern. . . . .	79-109
Wohlfühltipps.. . . . .	111-151

November

Adventkranz  
siehe Seite 11

4. Dezember

Christkindlwerkstatt  
siehe Seite 67

Aufblühen  
siehe Seite 25

1. Dezember

Kräuterschnäpschen  
siehe Seite 55

5. Dezember

Ohne Masken  
siehe Seite 131

2. Dezember

Süße Schärfe  
siehe Seite 75

6. Dezember

Apfelnikolaus  
siehe Seite 17

3. Dezember

Kalte Füße inklusive  
siehe Seite 59

7. Dezember

A Letter for you  
siehe Seite 57

8. Dezember

Geschenkte Zeit  
siehe Seite 113

13. Dezember

Vanillekipferl  
siehe Seite 35

9. Dezember

Wohlfühlkekse  
siehe Seite 43

14. Dezember

Zuckerpapier  
siehe Seite 71

10. Dezember

Christkindl-Backstube  
siehe Seite 33

15. Dezember

Gefüllter Lebkuchen  
siehe Seite 39

11. Dezember

Quittenkäse  
siehe Seite 47

16. Dezember

Zeit des Heilwerdens  
siehe Seite 147

12. Dezember

Gegen die Zeit  
siehe Seite 107

17. Dezember

Vier Kerzen  
siehe Seite 121



Basteln





# Basteln mit Naturmaterialien

**M**an muss kein Bastelgenie sein, um in der Weihnachtszeit hübsche Kleinigkeiten zu gestalten. Es geht einfach um die Freude am kreativen Werken mit Materialien, die uns die Natur schenkt.

Im folgenden Kapitel finden Sie Anregungen, beim Sammeln der Utensilien und beim Tun zu entspannen, also einfach zu entschleunigen.



Backen





# Backen

**G**erade in der Weihnachtszeit steigt die Lust aufs Backen. Auf den folgenden Seiten gibt es meine Anregungen, Erkenntnisse und Rezepte. Allesamt sind einfach und ohne viel Schnickschnack. Ich empfehle, sich immer nur ein Rezept und dessen Ausführung an einem Tag vorzunehmen. Die Erfahrung hat gezeigt, dass es dann ganz stressfrei in der Küche ist.

Alle Mengenangaben sind in Messerspitze (Msp), Kaffeelöffel (KL), Esslöffel (EL), Dekagramm (dag), Kilogramm (kg), Liter (l), Packung (Pkg.) angegeben.

Bei den Angaben zur Backzeit gehe ich von einem Backrohr mit Ober- und Unterhitze aus.

Nun wünsche ich viel Freude und eine wunderbare Zeit beim Backen!



Geschenke





# Geschenke aus der Natur

**E**inander zu überraschen mit selbstgemachten Kleinigkeiten macht wirklich große Freude. Sich und andere zu beschenken und dazu die Dinge zu verwenden, die man selbst bei einem Spaziergang in der Natur entdeckt und gesammelt hat, ist gerade in der Vorweihnachtszeit echt beglückend. Verantwortungsvoll mit den Umwelt-Ressourcen umzugehen und Nachhaltigkeit bei der Auswahl der Materialien lassen die selbst gemachten Geschenke noch viel wertvoller sein.



Hausmittel





# Hausmittel – Kräuter – Räuchern

**E**infache Hausmittel, die ich von den Vorfahren übernommen habe und für die heutigen Bedürfnisse passend weiterentwickelt habe. Auf den folgenden Seiten finden Sie ganz einfache Rezepte, wie auch Sie sich mit Kräutern und Hausmitteln den Alltag verschönern können.







# Wohlfühltipps

**O**ftmals braucht es nicht viel, um glücklich zu sein. Auf den folgenden Seiten finden Sie ganz Einfaches, Unspektakuläres und (fast) immer Machbares. Sozusagen die kleinen Glücksmomente zwischendurch.





Besuchen Sie mich im Kräuterreich:  
[www.kraeuterreich.at](http://www.kraeuterreich.at)



## Ausblick

Schnell ist sie vergangen, die Weihnachtszeit. Am Sonntag nach Epiphanie (Dreikönig) endet sie ganz offiziell. Schön, dass wir diesen Weg durch die stillste Zeit im Jahr miteinander gegangen sind. In früheren Zeiten, vor der sogenannten Liturgiereform, war der Schlusspunkt der Weihnachtszeit das Fest Maria Lichtmess. Damit zeigte sich auch schon im Brauchtum des Jahreskreises der Hinweis auf den bald beginnenden Frühling und den sichtbaren, lichtvollen Neubeginn in der Natur.

Ja, auch wenn man es mitten im kalten Winter nicht für möglich halten würde, aber der nächste Frühling kommt bestimmt und mit ihm die Pracht und stärkende Kraft der Pflanzen. Da wird es uns wieder vermehrt hinausdrängen in den Wald, auf die Wiesen und in die Berge.

Jetzt aber ist die richtige Zeit, sich noch ein bisserl in die Welt der Bücher zu vertiefen. Ganz sicher gab es, unter dem Christbaum liegend, so manches Buch als Geschenk.

Bücher schenken uns nicht nur schöne Stunden, sondern sie lassen auch viele wunderbare Bilder im Kopf entstehen. Bücher sind eine wahre Wunderwelt.

Im Ausblick auf den nahenden Frühling lege ich Ihnen mein Buch *WILDE FREUNDE* ans Herz. Es bietet einen Vorgeschmack auf die Schätze, die uns schon bald die Natur schenken wird.