# Пряные и живительные богатства

В Австрии травы востребованы во многих областях – в кулинарии, в оздоровительных и косметических процедурах и как туристическая цель.

Тот, кто хочет познакомиться с особенностями трав, найдет для этого в Австрии множество возможностей. Красоту и хорошее самочувствие подарят натуральная косметика и ретриты в отеле Post в Бецау (Bezau) в Брегенцском лесу (Bregenzerwald). Пионером в области травяной кухни считается био-отель Daberer в Каринтии. А на горе Хохкёниг (Hochkönig) луга с травами популярны для пеших прогулок.

## 1. В кулинарии

Травы на кухне био-отеля Daberer в Каринтии занимают центральное место.

Солнечные склоны вокруг городка Деллах (Dellach) и сертифицированный в 1978 году био-отель Daberer – это настоящий травяной рай. Кроме того, отель расположен прямо в долине Гайльталь (Gailtal), которая наряду с долиной Лезахталь (Lesachtal) стала первым в мире регионом «медленной еды» (Slow-Food). К созданию кулинарной славы данного региона, созданного для удовольствия, приложила руку Инге Даберер (Inge Daberer), управляющая отелем. Ранее как повар с особенной страстью к травам, сегодня как садовник, выращивающий травы. Философии готовить простые и аутентичные блюда на высоком уровне придерживается и шеф-повар Флориан Букан (Florian Bucan).

Инге Даберер и Флориан Букан также по очереди ведут кулинарные курсы. Отель предлагает три разных по продолжительности курса: от часового мини-курса и трехчасового среднего курса до однодневного кулинарного курса. <https://www.biohotel-daberer.at/en>

## 2. Для хорошего самочувствия

Общее самочувствие благодаря травам – вот философия отеля Post в Бецау в Брегенцском лесу.

Глубоко укоренившись в традиции Брегенцского леса и все же в ногу со временем и международными тенденциями: подобное сочетание много лет назад привело Сюзанну Кауфманн (Susanne Kaufmann) из отеля Post в Бецау к успеху. Близкими к природе, истинными и настоящими предстают перед нами сам отель, а также разработанная Сюзанной Кауфманн линия натуральной косметики. Около 80 высококачественных продуктов для лица, тела и волос входят в косметическую линию, изготавливаемую в Брегенцском лесу. В первую очередь, она содержит ингредиенты местной альпийской флоры – от масла шиповника, ромашки и шалфея до розмарина и пажитника. Эффективность этой продукции гости смогут оценить во время процедур в спа-центре Сюзанны Кауфманн. Косметику можно приобрести в интернет-магазине, а также в магазинах по всему миру – от Берлина до Гонконга.

Сегодня в своем отеле Сюзанна Кауфманн уделяет еще больше внимания хорошему самочувствию. Многодневные ретриты помогают снова обрести или улучшить здоровье. Выбор программ обширен и включает в себя детокс-ретриты, ретриты по холистической красоте, йога-ретриты и ретриты стройности. <https://www.hotelpostbezau.com/en>

## 3. Травы в движении

На Хохкёниге в Зальцбурге проводятся пешие прогулки к 16 альпийским лугам с травами.

На пастбищах на Хохкёниге растет множество драгоценных трав. Это богатство натолкнуло 16 альпийских хозяйств в горах над деревушками Мария Альм (Maria Alm), Динтен (Dienten) и Мюльбах (Mühlbach) на мысль полностью посвятить себя этой «зеленой» теме. Своих гостей они угощают деликатесами травяной кухни и напитками, которые сдабривают травами. Кроме того, некоторые хозяйства предлагают натуральную косметику. Каждый альпийский луг специализируется на чем-то своем: от сиропа тысячелистника и уксуса из голубики до бальзама из майорана от насморка.

Кто хочет самостоятельно отправиться на поиск трав, может выбрать из ряда пеших прогулок различной протяженности или присоединиться к пешему походу с экскурсоводом. <https://www.hochkoenig.at/en/vacation.html>