

Eine Sennerin im Tal

Wie Martina Fischer als Selbstversorgerin lebt – auch außerhalb der Almsaison

Martina Fischer hat gefunden, wonach viele suchen: ihren Seelenort. 1.400 Meter hoch liegt er, zwischen Fels, Wald und Wiesen, eine einfache Hütte ohne Strom. Hier, inmitten einer Schar aus Kühen, Kälbern, Schweinen, Ziegen, Hühnern und einer Katze, erlebt sie pures Glück. Martina Fischer ist Sennerin – oder Almerin, wie es oberbayerisch heißt.

Ihre ersten Jahre auf der Alm hat Martina Fischer in dem Buch „**Die Alm. Ein Ort für die Seele**“ und auf vielen Veranstaltungen geschildert. So mitreißend und erfolgreich, dass sie heute zu einer der bekanntesten Sennerinnen im Alpenraum zählt. Die Almsommer haben ihr Leben tiefgreifend gewandelt, auch in den Monaten, die sie im Tal zusammen mit ihrem Ehemann Franz in einem alten Bauernhaus im Chiemgau verbringt.

In ihrem neuen Buch „**Auf der Alm und im Tal**“ erzählt Martina Fischer ihre Geschichte weiter und schildert ihr Leben im Jahreslauf. Sie und ihr Mann versorgen sich aus Überzeugung so weit wie möglich selbst. Während Martina von Ende Mai bis September die Alm bewirtschaftet, Kühe mit der Hand melkt, Ziegen bändigt und freilaufende Schweine hütet, geht Franz auf die Jagd, verwurstet Wildfleisch und bringt die Ernte im heimischen Garten ein. Birkensaft zapfen, wilde Beeren und Kräuter sammeln, buttern und käsen, Nüsse und Holunder verarbeiten – das Buch enthält zahlreiche Rezepte und praktische Anleitungen, die Lust wecken, die Gaben der Natur selbst zu verarbeiten. Martina Fischer beschreibt unnachahmlich offen und authentisch die Freude an körperlicher Arbeit, ihre Erlebnisse mit Tieren, die innige Verbundenheit mit der Natur, das Glück, etwas mit eigenen Händen zu erschaffen und unter freiem Himmel zu sein.



Martina Fischer

Auf der Alm und im Tal

Glücklich leben als Selbstversorger

Originalausgabe

Hardcover mit Schutzumschlag, 240 Seiten

durchgehend vierfarbig

ISBN: 978-3-424-63176-0

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] | CHF 28,90* (* empf. VK-Preis)

Kailash Verlag

erscheint am 27.05.2019

Martina Fischer, Jahrgang 1972, ist gelernte Krankenschwester und ausgebildete Heilkräuter- und Wildpflanzenberaterin. Seit acht Jahren ist die Autorin Almerin aus Leidenschaft und verbringt fast jeden Sommer in den Bergen. Wenn sie gerade nicht auf einer Hütte in den oberbayerischen Alpen weilt, lebt sie mit ihrem Mann in einem schönen alten Bauernhaus nahe des Simssees im Chiemgau.