

# Almsüchtig

## Wie die Sennerin Martina Fischer ihre Bergsommer verbringt

Martina Fischer lebt, wovon viele träumen: ein einfaches Leben in freier Natur ohne Uhr und feste Wochenpläne, eng verbunden mit Tieren und Pflanzen, ganz auf sich allein gestellt. Martina Fischer ist Sennerin. Im Mai 2016 wird sie, wie in den Jahren zuvor, alles zusammenpacken, was sie für eine Saison in den Bergen braucht, und auf die Alm ziehen. Bereits zum fünften Mal übernimmt sie heuer in den bayrischen Voralpen die Arbeit einer Sennerin – oder „Almerin“ wie man im Chiemgau sagt.



In **DIE ALM – EIN ORT FÜR DIE SEELE** beschreibt Martina Fischer ihre Almsommer von den ersten Vorbereitungen im Frühjahr bis zum Almadtrieb im September. Lebhaft erinnert sie sich, wie der Entschluss, Almerin zu werden, in ihr reifte und sie ihren ersten Almvertrag per Handschlag besiegelte. Dass Martina Fischer aus einer Bauernfamilie stammt und eine ausgebildete Krankenschwester ist, kommt ihr bei den neuen Aufgaben zugute. Denn es erwartet sie harte Arbeit, bei der man nicht zimperlich sein darf: Es gilt 40 Jungkühe, zwölf Kälbchen und zwei Milchkühe zu versorgen. Das Weidegebiet muss abgegangen und von unerwünschtem Bewuchs freigehalten werden, das Vieh muss im weitläufigen Almgebiet täglich kontrolliert werden, Zäune gehören repariert und Brunnen instand gehalten. Die Milch wird sofort zu Rahm, Butter, Käse und Topfen weiterverarbeitet. Kommen Gäste vorbei, bewirbt die Almerin sie mit selbst zubereiteten Speisen.

Authentisch und bodenständig lässt Martina Fischer erfahrbar werden, was Almleben für sie wirklich bedeutet: Hingabe bis zum Rand der körperlichen Erschöpfung, sich selbst finden in unbeschreiblichem Glück, „Almsucht“, die sie Sommer für Sommer hinauftreibt in die Berge. Neben persönlichen Erlebnissen, illustriert mit rund 140 Farbfotos, enthält ihr Buch viel Praktisches: traditionelle Rezepte von Topfenstrudel über Almnussen bis zum Almrauschlikör, Rat für viele Lebenslagen des Alltags und ein Interview mit konkreten Tipps, wie man selbst Almerin oder Almer werden kann.

Martina Fischer, Dorothea Steinbacher

### **DIE ALM – EIN ORT FÜR DIE SEELE**

**Lebensweisheiten, Geschichten  
und Rezepte einer Sennerin**

Geb. m. SU, durchgehend vierfarbig

240 Seiten, ca. 140 Farbfotos

ISBN: 978-3-424-63118-0

€ 19,99 [D] / € 20,60 [A] / CHF 26,90 (UVP)

**ET: 25.04.2016**

### **Pressekontakt:**

Kailash Verlag

Elke Kreil

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Tel.: +49 (0) 9192/ 99 31 94

Fax: +49 (0) 89/ 41 36-3723

E-Mail: [elke.kreil@randomhouse.de](mailto:elke.kreil@randomhouse.de)