



Sabine Eilmsteiner, Elisabeth Nussbaumer

### **Magisches Dufträuchern**

111 Wohlfühlaromen für das Stövchen aus Küche,  
Garten und Wald

Franz. Broschur

16,5 x 23,5 cm; 160 Seiten

ISBN 978-3-7088-0791-1

Kneipp Verlag Wien

### **Die heilsame Wunderwelt des Räucherns**

Die Fähigkeit zu riechen, Aromen wahrzunehmen, ist für uns ein ungemein wichtiger Teil des Lebens. Unzählige **Dufterinnerungen** schlummern in uns und lassen schon beim Hineinspüren Gefühle aufsteigen: der typische Geruch der Küche der Großeltern, Tannenreisig beim Adventkranzbinden oder der Duft der Jahreszeiten. Das **Räuchern auf dem Stövchen** ist eine wunderbare Möglichkeit in Düfte einzutauchen. Die dadurch freigesetzten Wirkstoffe und einzigartigen Aromen wirken über viele Mechanismen auf uns ein und fördern unser Wohlbefinden.

Die beiden Autorinnen **Sabine Eilmsteiner und Elisabeth Nussbaumer** versammeln in "**Magisches Dufträuchern**" 111 Wohlfühlaromen - von Gehölzern und Kräutern bis hin zu Pilzen und Gewürzen und zeigen uns, wie vielseitig und herrlich unkompliziert Räuchern mit dem Stövchen sein kann.

### **Räuchern mit dem Stövchen – vielseitig und herrlich unkompliziert**

Das Stövchen gilt als Shootingstar unter den Räucherwerkzeugen – bietet es doch die Möglichkeit, auf einfachste Weise und ganz ohne Kohle in sinnliche Dufterlebnisse einzutauchen. Bereit steht ein Räucherschatz, der näher nicht sein könnte: In den Gewürzregalen Ihrer Küche, im Kräuterbeet vor dem Haus oder bei Ihrem nächsten Spaziergang durch Wald und Flur finden Sie alles, was Sie brauchen. Wenn Sie also ganz schnell und unkompliziert mit dem Räuchern loslegen wollen, dabei Ihren Räucherhorizont – abseits von Weihrauch und Styrax – erweitern möchten oder aber zur Stövchenbaumeisterin avancieren möchten, dann schenken Sie sich dieses Buch.

### **Auszüge aus dem Inhalt:**

- Vom Wiederentdecken des Riechens
- Wunderwelt des Riechens
- Räucherzauber
- Wohlfühlaromen aus Küche, Garten, Wald, Wiese und Hecke, Wegrand und Brachfläche, Feuchtwiese und Ufer
- Räuchermischungen
- Tipps zum richtigen Sammeln und Lagern
- Vorteile des Stövchens

**Über die Autorinnen:**

**Sabine Eilmsteiner** streift seit ihrer Jugend gerne durch Wälder und Wiesen und hat schon ihre Oma, eine weise Wald- und Kräuterfrau, begleitet. In ihrer Kräuterhexenküche wird mit den bunten Gaben der Natur eifrig gekocht, gerührt (Salben) und geschüttelt (Tinkturen). Unter dem Namen „Machandelbaum“ veranstaltet Sabine Eilmsteiner Seminare zu Themen wie Räuchern oder Waldbaden. [www.machandelbaum.com](http://www.machandelbaum.com)

**Elisabeth Nussbaumer** ist Kräuterpädagogin und zertifizierte Natur- und Landschaftsvermittlerin. Die Verbundenheit mit der Natur ist ihr ein Herzensanliegen. Sie hält Workshops zum Thema Räuchern und Wildpflanzen, wo sie auch ihr großes Wissen als ausgebildete Gärtnerin einbringen kann. [www.pflanzenerleben.at](http://www.pflanzenerleben.at)