

## Seminarbäuerinnen in Ried Schärding

Für Anfragen und Informationen zu den Seminarbäuerinnen-Kursen steht die Beraterin der Bezirksbauernkammer gerne zur Verfügung.

Gabriele Sekot

Beraterin Konsumenteninformation

Landwirtschaftskammer Ried Schärding

E-Mail: [gabriele.sekot@lk-ooe.at](mailto:gabriele.sekot@lk-ooe.at)

Telefon: +43 50 6902 4428

**Alexandra Flotzinger**

Seminarbäuerin aus St. Martin im Innkreis (Bezirk Ried im Innkreis)

Ich stehe für den Genuss – und mit Liebe zur Zeit. Denn gutes Essen braucht keine Eile, sondern Aufmerksamkeit, Qualität und Herz. Als Bio-Bäuerin aus dem Herzen des Innviertels lebe ich, was ich weitergebe: die Leidenschaft für unsere heimische Landwirtschaft, ehrliche Lebensmittel und echtes Handwerk. Besonders am Herzen liegt mir, Kindern und Jugendlichen wieder näherzubringen, wo unsere Lebensmittel herkommen. Denn wer versteht, wie Landwirtschaft funktioniert, entwickelt Wertschätzung – für die Natur, für die Arbeit dahinter und für das, was täglich auf dem Teller liegt. In meinen Kochkursen stehen genau diese Werte im Mittelpunkt. Wir kochen mit saisonalen, regionalen Zutaten mit Blick fürs Wesentliche. Dabei geht es nicht nur ums Zubereiten, sondern ums Erleben, Verstehen und Genießen. Denn am Ende geht es um mehr als nur gutes Essen – es geht um echte Erlebnisse, die bleiben.

T 0676 821262435

E [alexandra.flotzinger@gmx.at](mailto:alexandra.flotzinger@gmx.at)

**Helga Hetzeneder**

Seminarbäuerin aus St. Georgen (Bezirk Ried)

Lebensmittel sind Mittel zum Leben. Das sollen wir auch im Alltag mit allen Sinnen spüren und den Wert durch bewusstes Fühlen, Schmecken, Riechen,... immer wieder neu entdecken. Einkaufen mit Köpfchen, kochen mit Liebe und Hausverstand sowie Genießen mit allen Sinnen, das möchte ich als Seminarbäuerin weitergeben.

T 0676/814220099

E [h.hetzeneder@icloud.com](mailto:h.hetzeneder@icloud.com)

Folgende Kurse bietet Helga an:

- Erdäpfelküche

- Gebildbrote und Brauchtumsgebäck
- Herzhafte Hausmannskost - ruckzuck frisch gekocht
- Raffinierte Getreideküche - wertvoll, modern, köstlich
- Raffinierte Knödelküche
- Versuchungen aus der Strudelküche

### **Elisabeth Hörandner (derzeit in Pause)**

Seminarbäuerin aus Geiersberg (Bezirk Ried)

Von Beruf bin ich Bäuerin mit Schwerpunkt Milchwirtschaft. Meine große Leidenschaft ist jedoch mein großer Gemüsegarten mit vielen verschiedenen und auch seltenen Gemüsesorten. Mein Hauptaugenmerk in meiner Arbeit als Seminarbäuerin sind die Wildkräuter. Es ist mir ein Anliegen, auch Wildkräuter in den täglichen Verzehr miteinzuplanen und neue kreative Geschmackserlebnisse zu vermitteln.

Meine Ausbildungen: Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin und Hauswirtschaftsmeisterin

T 0699/11968845

E [w.hoerandner@gmx.at](mailto:w.hoerandner@gmx.at)

Folgende Kurse bietet Elisabeth an:

- Gemüse fermentieren
- Kekse & selbstgemachte Naschereien
- Wurstwerkstatt
- Wildkräuterküche
- Kinderkochkurse und Schulworkshops

### **Manuela Schneiderbauer**

Seminarbäuerin aus Rainbach im Innkreis (Bezirk Schärding)

Ich bin Seminarbäuerin, um den Konsumentinnen und Konsumenten unsere heimischen Lebensmittel näher zu bringen, um unsere Kinder fürs Kochen zu begeistern und um unsere Gesellschaft weg von Fertiggerichten wieder hin zum Selber-Kochen zu animieren.

T 0676/901 62 12

E [manuela.schneiderbauer@aon.at](mailto:manuela.schneiderbauer@aon.at)

Folgende Kurse bietet Manuela an:

- Erdäpfelküche
- Festtagsbraten - Genießen wie damals
- Fischköstlichkeiten - F(r)isch auf den Tisch
- Gebäckbrote und Brauchtumsgebäck
- Gemüse fermentieren
- Kekse & selbstgemachte Naschereien
- Krapfen, Affen und Co
- Köstliche Brunchideen
- Milchprodukte für den Hausgebrauch - ganz einfach selber machen
- Raffinierte Getreideküche - wertvoll, modern, köstlich
- Smart gekocht
- Versuchungen aus der Strudelküche
- Wildkräuterküche
- Wurstwerkstatt
- Kinderkochkurse und Schulworkshops

### **Daniela Spitzer**

Seminarbäuerin aus St. Marienkirchen (Bezirk Ried)

Ein Herzensanliegen von mir ist es, die reale Landwirtschaft für einen Blick hinter die Kulissen vor den Vorhang zu holen. Durch Direktvermarktung, Schule am Bauernhof und als Seminarbäuerin nutzen wir die Chance, Einblicke in die bäuerliche Welt zu geben.

T 0676/821262575

E [spitzer@haeusl.at](mailto:spitzer@haeusl.at)

Folgende Kurse bietet Daniela an:

- Festtagsbraten - Genießen wie damals
- Köstliche Brunchideen
- Versuchungen aus der Strudelküche
- Zeitgemäße Klassiker aus der Rindfleischküche
- Schulworkshops

### **Margit Strasser**

Seminarbäuerin aus Waldzell (Bezirk Ried)

T 0664/4524162

E [m.sepperlsepp@gmail.com](mailto:m.sepperlsepp@gmail.com)

Folgende Kurse bietet Margit an:

- Fischköstlichkeiten - F(r)isch auf den Tisch
- Köstliche Brunchideen
- Wild auf Wild
- Kinderkochkurse und Schulworkshops