

30 Jahre OÖ Seminarbäuerinnen ...

... die Bäuerinnen-Power-Erfolgsstory!

... und die „Gugl ... hupf(t)“ vor Begeisterung!

In Linz beginnt's! Geboren wurde die Idee der Seminarbäuerin 1993 auf der Gugl, dem Sitz der Landwirtschaftskammer OÖ. Was mit einem Pilotprojekt begann, wurde zu einer Bäuerinnen-Power-Erfolgsstory!

Seit 1993 haben die Seminarbäuerinnen in rund 15.000 Kochkursen und Schulworkshops über 200.000 Teilnehmende informiert, mit ihnen gekocht und ganz viel spannendes Wissen rund um regionale Lebensmittel vermittelt. Zusätzlich hatten sie bei über 3.000 Einsätzen bei Messen und Veranstaltungen direkten Kontakt und Austausch mit Konsumentinnen und Konsumenten.

Im Namen des Ländlichen Fortbildungsinstituts der Landwirtschaftskammer OÖ sagen wir auch „DANKE“ an die vielen tausenden Menschen aller Altersgruppen, welche gemeinsam mit den Seminarbäuerinnen gekocht, gelacht, genossen, diskutiert und sich über regionale Lebensmittel und Landwirtschaft ausgetauscht haben.

„Wir sind wirklich stolz auf unsere Seminarbäuerinnen“, zeigt sich Rosemarie Ferstl, Vizepräsidentin der Landwirtschaftskammer OÖ, begeistert. Das gehört gebührend gefeiert! Darum treffen sich am 7. und 8. November 2023 Seminarbäuerinnen aus ganz Österreich beim Bundesforum der Seminarbäuerinnen und Seminarbauern auf der Gugl in Linz.

Die Gugl feiert mit Guglhupf!

Zu einer richtigen Geburtstagsfeier gehört natürlich auch ein Geburtstagskuchen. Und weil der organisatorische Sitz (Landwirtschaftskammer und LFI) der Seminarbäuerinnen auf der Gugl ist, gibt es mit Beginn der neuen Kurssaison natürlich den Guglhupf in Form eines neuen praktischen Kurses und einer tollen Rezeptbroschüre. Da gibt es Guglhupf-Prachtstücke von süß bis pikant, von mini bis mega, von traditionell bis trendig, von eiskalt bis warm und von kinderleicht bis ambitioniert.

Aufgepasst! Am 15. November ist der „Tag des Guglhupfs“

Guglhupf-Liebhaber feiern jährlich am 15. November den Tag des Guglhupfs! Diesen köstlichen Feiertag hat sich der „König der Kuchen“ verdient.

Guglhupf-Prachtstücke für jede Gelegenheit

Unsere Jubiläumsbroschüre gibt's hier zum Bestellen: [Broschüren Land- und Forstwirtschaft | LK Oberösterreich](#)

Pikanter Gemüse-Zero-Waste-Guglhupf

Rezept von den Seminarbäuerinnen der LK OÖ

Zutaten:

- ca. 250 g Gemüse nach Wahl (Wurzelgemüse, Kürbis, Porree, Schwammerl usw.)
- 150 g Mehl, glatt
- 1 TL Weinsteinbackpulver
- Salz, Pfefferfrische, gehackte Kräuter (optional getrocknet) ca. 80 g Käse, gerieben
- 3 Eier
- 70 ml Öl (Raps- oder Sonnenblumenöl)
- Weiters: Öl/Butter für die Form

Und so wird`s gemacht:

- Eine große oder mehrere kleine Guglhupfformen mit Öl oder Butter ausfetten und mit Mehl austreuen.
- Gemüse in ganz kleine, feine Würfel schneiden bzw. reiben.
- Mehl, Backpulver, Gewürze, Käse und Gemüsewürfel in einer Schüssel vermischen.
- Eier und Öl begeben und gut verrühren.
- Masse in die Form füllen und im vorgeheizten Backrohr bei ca. 160 °C backen. Große Form ca. 35 Minuten, kleine Formen je nach Größe 15 bis 25 Minuten backen.

Nach Lust und Laune variieren und kombinieren!

- Diese Guglhupf-Variation schmeckt zur Jause, als Suppeneinlage, im Miniaturformat am Buffet oder zum Brunch.
- Ob Spargel im Frühling, Zucchini im Sommer oder Grünkohl und Wurzelgemüse im Herbst und Winter – das Rezept kann individuell abgeändert werden.
- Gemüse kann auch durch Speck- oder Schinkenwürfel aufgepeppt werden.
- Bei den Gewürzen (z.B. Curry) und Kräutern (auch Wildkräuter) kann je nach Zutaten und Gusto variiert werden.

Guglhupf-Backkurse

Guglhupf gut – alles gut! Gemeinsam kochen und kosten wir uns durch das ultimativ, köstliche Guglhupf-Universum. Freuen Sie sich auf Guglhupf-Inspirationen von klassisch-traditionell bis mega-trendig, von süß bis herzhaft, von mini bis mega, von eiskalt bis warm, von kinderleicht bis ambitioniert. Die Seminarbäuerinnen verraten ihre besten Rezepte, lüften ihre Guglhupf-SOS-Trickkiste und entführen Sie in die kreative Guglhupf-Genuss-Welt. Seien Sie dabei bei der „Guglhupf-Backademie“, damit auch Ihr Genießer:innen-Herz vor lauter köstlicher Gugelhupf-Inspirationen hüpf!

Infos und Termine: ooe.lfi.at/nr/3225

Infos zum neuen Kursangebot

... gibt`s unter: seminarbaeuerinnen-ooe.at