

# steirische Presse.

Kernöl und die Gesundheit • Kernöl und die Schönheit • Kernöl und die Ernährung

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



Europäischer Landwirtschaftsfonds  
für die Entwicklung des ländlichen  
Raums: Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete.

LE 07-13  
Entwicklung für den Ländlichen Raum



lebensministerium.at



### Innovativ – erfolgreich – steirisch

Was haben das steirische Kernöl, der steirische Wein und die Steiermärkische Sparkasse gemeinsam? Alle drei sind steirische Traditionsmarken, weit über die Grenzen unseres Bundeslandes hinaus erfolgreich und stehen für höchste Qualität »made in Styria«.

[www.steiermaerkische.at](http://www.steiermaerkische.at)

Steiermärkische  
**SPARKASSE**  
In jeder Beziehung zählen die Menschen.



#### Impressum:

Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.  
Julius -Strauß -Weg 1a  
A-8430 Leibnitz

[office@steirisches-kuerbiskernoel-gga.at](mailto:office@steirisches-kuerbiskernoel-gga.at)  
[www.steirisches-kuerbiskernoel.eu](http://www.steirisches-kuerbiskernoel.eu)

Fotos: Pixelmaker, Kristoferitsch, Wolf

Gestaltung: Graphic Design Bruckbauer, [bruckbauer.illustration@sime.com](mailto:bruckbauer.illustration@sime.com)

Text: Renate Sattlegger, [renate.sattlegger@inode.at](mailto:renate.sattlegger@inode.at)

Herstellung: Druck Styria Graz  
Satz- und Druckfehler vorbehalten

Alle Rechte vorbehalten

Verarbeitung und Vervielfältigung, auch teilweise, durch Film und Tonträger, Einspeichern und Verarbeiten in elektronischen Systemen und durch Farbkopie sind nur mit schriftlicher Genehmigung der Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. erlaubt.



### Liebe Leserinnen und Leser

**W**ein, Obst und steirische Ölkürbisse stehen im strahlenden Herbstlicht kurz vor der Ernte. Sie strotzen vor Kraft, die sie aus heimischem Boden gewonnen haben. Nun sind sie bereit für ihren Weg zum Konsumenten.

Wer Qualität und Genuss zu schätzen weiß, kennt die Steiermark als kulinarisches Aushängeschild. Besonders das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. hat seinen Siegeszug in alle Welt angetreten.

Gemeinsam mit den Mitgliedern der Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. – 1.700 Bauern und 25 gewerbliche Ölmühlen – freuen wir uns, Ihnen die erste Ausgabe der „Steirischen Ölpreise“ ans Herz legen zu dürfen.

Mit diesem Magazin informieren wir Sie über Herkunft, Produktion, gesundheitliche Aspekte und Qualitätsmerkmale des „Grünen Goldes“, verraten Ihnen leckere Rezepte und zeigen Ihnen Anwendungsmöglichkeit, die Sie bestimmt noch nicht versucht haben.

Viel Freude beim Lesen und Ausprobieren!



Ing. Franz Labugger  
Obmann



Bernhard Glawogger  
Geschäftsführer



# Pralle Fülle



Johann Seitinger  
Agrarlandesrat

## Kulinarische Schatzkammer Steiermark

Die Steiermark ist weit über die österreichischen Grenzen hinweg bekannt und die dort hergestellten Lebensmittel sind nicht nur bei den Steirerinnen und Steirern in aller Munde.

So ist unser Steirisches Kürbiskernöl ein Garant für bäuerliche Spitzenleistung, die Ihresgleichen sucht.

Unser Steirisches Kürbiskernöl ist eine Marke für die gesamte Landwirtschaft, hier stimmen Produktqualität, Vermarktung und Geschmack bestens überein.

Gerade hier, wo die internationale Konkurrenz in den letzten Jahren massiv zugenommen hat, weiß man, dass nur Qualität und Sicherheit marktgültige Argumente sind.

Unser Steirisches Kürbiskernöl ist zugleich Abbild und Visitenkarte der steirischen Landwirtschaft und präsentiert unsere Heimat als kulinarische Schatzkammer.



**H** heute geht's hinaus auf's Feld. Unsere heimischen Bauern leben mit der Natur und haben ein gutes Gespür für den richtigen Zeitpunkt. Wenn der Sommer langsam in den Herbst übergeht, ist es soweit.

Noch einmal fällt der Kennerblick auf einen der Kürbisse, die prall gefüllt zur Ernte bereit liegen: Ja, die Kerne lassen sich ganz leicht vom Fruchtfleisch trennen. Sie sind genau so gut ausgereift, wie

sie es für ein qualitativ hochwertiges Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. sein müssen. Die Sonne bringt das Grün-Gelb der wohlgeformten „Plutzer“ zum Glänzen. Es ist eine Pracht, wie sie hier in Reih' und Glied aufgelegt sind.

Einen nach dem anderen nimmt der „Igel“ (eine Stachelwalze der Erntemaschine) auf.

Wir kommen zu des Kürbis' Kern! In der Maschine, genauer gesagt in deren Brechtrommel, werden die Kürbisse in Stücke zerteilt. Wäh-



rend das Fruchtfleisch dem Acker als Stickstofflieferant zurückgegeben wird, ziehen die Kerne weiter. Frisch gewaschen bekommen sie reichlich Zeit, um bei 50 bis 60°C Lufttemperatur ganz schonend zu trocknen. Mit maximal 8 % Feuchtigkeit im Kern kommen sie in große Säcke.

Nun spielt die Zeit keine Rolle mehr. Bis zu zwei Jahre lang erhalten sie in diesem Zustand die volle Qualität. Ihre Bestimmung ist klar. Dunkelgrüne Flaschen warten be-

reits auf sie. Wann immer Bedarf besteht, werden Kerne in der Ölmühle gepresst.

Für den Konsumenten bedeutet das, sein Steirisches Kürbiskernöl allzeit garantiert frisch auf den Teller oder in die Salatschüssel zu bekommen.

Ein Luxus, der das Steirisches Kürbiskernöl ganz klar von anderen Ölen (z.B. Olivenöl) abhebt. Ein Luxus, der sich schmecken lässt!

# Mit viel.. Gefühl



Ölpressen ist Vertrauenssache. Ein guter „Ölausschläger“ (Ölpresser) hat seine Stammkunden. Diese Bauern bringen ihre Kürbiskerne nur zu jemandem, der neben seinem Know-How auch Fingerspitzengefühl und Liebe zum Produkt in seine Arbeit einfließen lässt.

Nach alter Tradition bleiben trotz dieses großen Vertrauens viele Landwirte bei der Gewinnung ihres eigenen „Grünen Goldes“ dabei. Sie wollen sehen, wie ihre getrockneten Kerne gemahlen, mit Wasser und Salz vermischt und zu

einem Teig geknetet werden. An der Röstpfanne ist dann absolute Schonung angesagt. Wie bei der Kaffeebohne steht und fällt die Qualität des Steirischen Kürbiskernöls g.g.A. mit dem Röstvorgang. Wahre Meister ihres Faches entlocken den ihnen anvertrauten Kernen das einzigartig nussige Aroma und die tief dunkelgrüne Farbe mit den vielfältigsten Reflexionen.

„Jetzt fangen sie an zu rinnen!“ Perfektes Timing ist das Um und Auf. Exakt erwischt der Ölausschläger den Moment, in dem er

das Röstgut aus der Pfanne nimmt und dem Pressvorgang zuführt. Zwischen 30 und 40 Minuten dauert es – dann lassen die Kerne das Öl los. Mit jedem Tropfen fließen wertvolle Inhaltsstoffe in einen Auffangbehälter. Bevor das Öl nun endlich ans Ziel kommt, muss es zehn Tage lang „rasten“.

In dieser Zeit entsteht die klare Optik des Steirischen Kürbiskernöls g.g.A.. Was die Konsumenten längst zu schätzen wissen, verbrieften Banderole und Etikett: Sorgfältige Zubereitung und exzellenten Geschmack!

www.ama.at

Qualität • Herkunft • Kontrolle  
**Dreifach Kontrolliert.**  
Damit's einfach schmeckt.  
AMA GÜTESIEGEL  
Küstrich

**Fleisch bringt's**  
www.fleischbringts.at

Vertrauen ist gut. Doch dreifache Kontrolle ist besser. Deshalb setzen wir ein Zeichen für beste Qualität, geprüfte Herkunft und unabhängige Kontrollen von Schweinefleisch. Damit's einfach zart und saftig schmeckt. Ein Zeichen, auf das dreifach Verlass ist: Das AMA-Gütesiegel.



## Liebe auf den ersten Blick



0,5 Liter

11 158 961



„g.g.A.“ steht für geschützte geografische Angabe und bedeutet:

- gesicherte Herkunft der Kürbiskerne aus einem geografisch definierten Gebiet in Österreich
- Kürbiskernöl hergestellt in heimischen Ölmühlen
- 100% reines Kürbiskernöl aus Erstpressung

Die Banderole mit der individuellen, fortlaufenden Kontrollnummer sichert Ihnen ein kontrolliert echtes Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

**P**rosiutto di Parma, San Daniele Schinken, griechischer Feta Käse, Chianti Classico – wer kennt sie nicht, diese Höhepunkte der europäischen Kulinarik? In diesen Reigen fügt sich seit 1996 das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. wunderbar ein. Es handelt sich dabei um Produkte, die die Europäische Union unter Schutz gestellt hat, weil sie neben ihrer Spitzenqualität eine

lange Tradition und starken regionalen Bezug haben. Die Konsumenten schätzen die Gewissheit, das zu bekommen, was sie möchten. Kürbiskernöl aus osteuropäischen oder chinesischen Kürbiskernen darf – selbst wenn es in der Steiermark verpresst wurde – nicht als Steirisches Kürbiskernöl bezeichnet werden! Regionale Produkte genießen vollstes Vertrauen. Beim

Steirischen Kürbiskernöl g.g.A. genügt ein Blick, um die Echtheit zu erkennen.

Sehen Sie die markante weißgrüne Banderole, wissen Sie: Sie stehen kurz davor, sich von einem wundervoll in sämtlichen Grüntönen schimmernden Tropfen echtes Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. in den siebenten Himmel des guten Geschmacks entführen zu lassen.



[www.thermenland.at](http://www.thermenland.at)

### Schenken Sie das Kostbarste – Zeit zu leben!

Mit den **Thermenlandgutscheinen** im Wert von **Euro 50,-** und **Euro 100,-** schenken Sie echte Wohlfühl-Zeit in den **sechs Thermen, 24 Partnerhotels** und **kulinarischen Spitzenbetrieben**.

Der Beschenkte hat die freie Wahl die Thermenlandgutscheine für Thermeneintritte, Massagen, Kosmetikanwendungen, kulinarische Genüsse oder einen Wohlfühl-Urlaub einzulösen.

Die perfekte Ergänzung ist die **Thermenland-Geschenkbbox** bestehend aus einem **STYRIA SAMBUCUS Holundermassage- und Körperöl** (125 ml), einem **Duschtuch** und einer **Zotter-Schokolade** für **Euro 28,-**.

Alle Infos zu den Gutscheinen und weitere tolle Geschenksideen finden Sie auf [www.thermenlandgutschein.at](http://www.thermenlandgutschein.at)

Steirisches Thermenland  
8263 Großwilfersdorf, Radersdorf 75  
Tel.: 03385 – 66 040, [info@thermenland.at](mailto:info@thermenland.at)





Gerhard Wlodkowski  
Präsident Landwirtschaftskammer  
Österreich

### Top-Spezialität

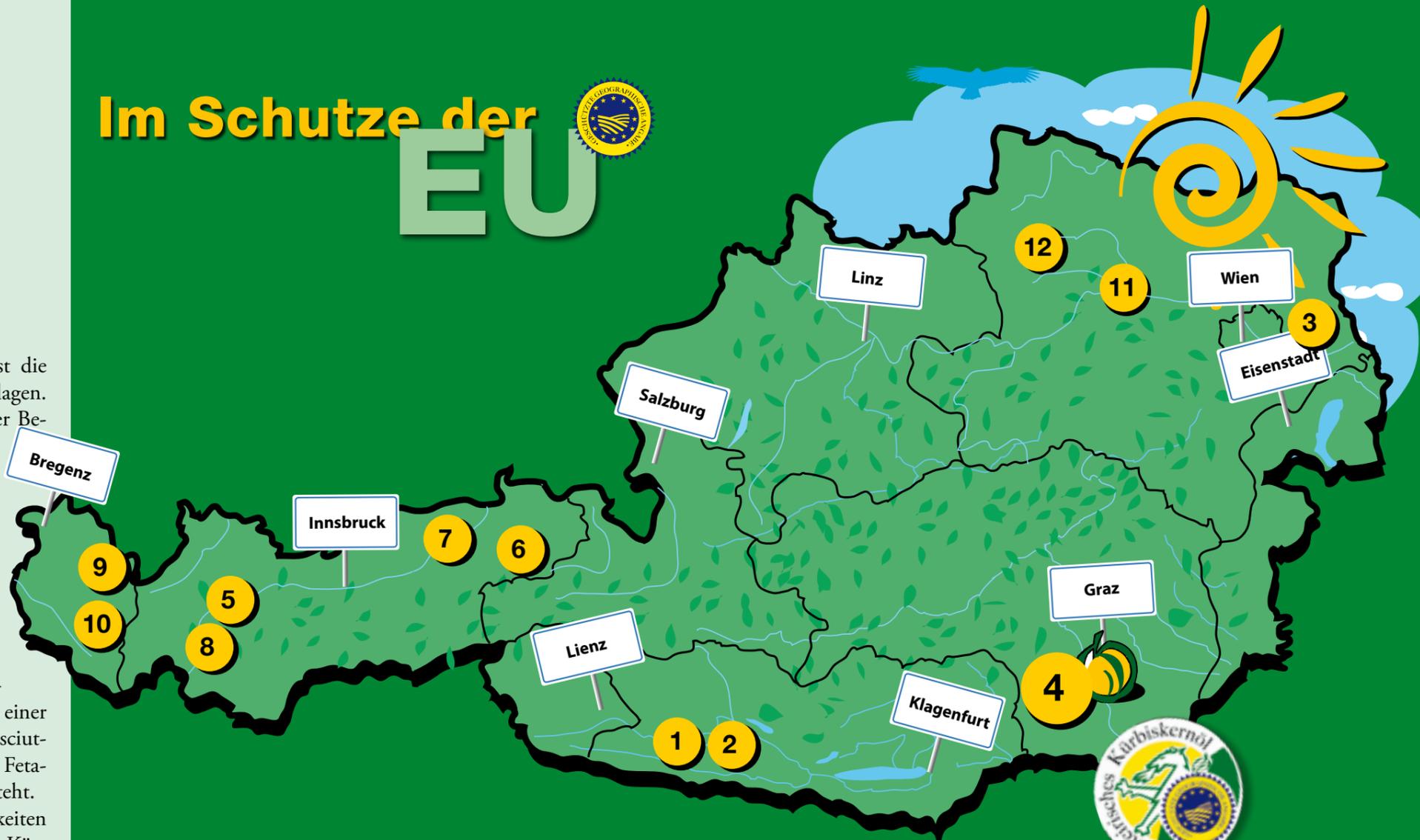
Steirisches Kürbiskernöl lässt die Gourmet-Herzen höher schlagen. Das Grüne Gold steht in der Beliebtheitsskala der steirischen Produkte bei den Österreicherinnen und Österreichern ganz oben, dicht gefolgt natürlich von den steirischen Äpfeln und dem steirischen Wein.

Kein Wunder. Steirisches Kürbiskernöl ist eine europäische Top-Spezialität, die in einer Reihe mit Champagner, Prosciutto San Daniele, griechischem Feta-Käse oder Parma-Schinken steht. Gleich wie diese Köstlichkeiten trägt auch echtes Steirisches Kürbiskernöl eine von der EU geschützte Herkunftsmarke, konkret „Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. – geschützte geographische Angabe“.

Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. gehört somit auch zu den am besten kontrollierten Lebensmitteln in Europa. Und als Sympathieträger aus der Grünen Mark hat es auch schon in Deutschland, den Vereinigten Staaten und in Japan seine Fans.

*G. Wlodkowski*

# Im Schutze der EU



- 1 Gailtaler Almkäse g.U.
- 2 Gailtaler Speck g.g.A.
- 3 Marchfeldspargel g.g.A.
- 4 Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
- 5 Tiroler Graukäse g.U.
- 6 Tiroler Alm/ Alpkäse g.U.
- 7 Tiroler Bergkäse g.U.
- 8 Tiroler Speck g.g.A.
- 9 Vorarlberger Bergkäse g.U.
- 10 Vorarlberger Alpkäse g.U.
- 11 Wachauer Marille g.U.
- 12 Waldviertler Graumohn g.U.

**R**eize, die wir über den Gaumen erleben, bleiben uns oft ein Leben lang in Erinnerung und verbinden uns mit der Situation, in der wir sie genossen haben. So „schmeckt“ die Steiermark nach ihrem nussigen Kürbiskernöl, Vorarlberg nach markantem Alpkäse, die Wachau nach süßen Marillen. Zwölf solcher Produkte aus Österreich schützt die Europäische Union lt. Verordnung (EG)510/2006 vor Nachahmung. Mehr als 750 Produkte aus ganz Europa stehen

bereits im EU-Register. Unter ihnen Gorgonzola und Prosciutto di Parma oder der bekannte Chianti Classico.

Jede Region hat ihre eigene Esskultur mit besonderen Lebensmitteln und Getränken. Dieser EU-Schutz will die Tradition regionaler Leckerbissen des europäischen Kontinents bewahren und ins Licht der Öffentlichkeit rücken. Das Geheimnis regionaler Schmankerl liegt in überlieferten

Rezepturen und handwerklichem Können. Sie verwandeln die Besonderheiten der jeweiligen Region in die wunderbare Basis für kulinarische Höhenflüge. Klima und Bodenbeschaffung sind zwei wesentliche Faktoren, die jeden Biss zu einem unverwechselbaren Geschmackserlebnis machen.

Jedes dieser von der EU geschützten Produkte besticht durch seine Einzigartigkeit – in Österreich und ganz Europa.

# Guter Einfluss

**K**aum zu glauben, wie viele Inhaltsstoffe in so einem Steirischen Kürbiskernöl g.g.A. Platz haben. Einen werden Sie in dieser Delikatesse aber kaum finden: Cholesterin! Ganz im Gegenteil: Vitamin E und ungesättigte Fettsäuren seien hier als Inhaltsstoffe besonders erwähnt.

Nicht nur von den Inhaltsstoffen punktet das Steirische Kürbiskernöl g.g.A., auch in seiner Verwendung ist es überaus vielfältig und einsetzfreudig. Diese einzigartige

Spezialität eignet sich nicht nur hervorragend zum Marinieren pikanter Speisen, sondern erlaubt auch im warmen Zustand ein einzigartiges, volles und nussiges Aroma und herrliche Speisenvariationen.

So bringt es nicht nur Abwechslung in den Speiseplan, sondern unterstreicht auch die besondere Note von Speisen.

Aber es sollte nicht zu stark erhitzt werden! Maßgeblich ist dabei die Rauchtemperatur. Somit sollte

Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. nicht zum Braten und Frittieren verwendet werden, trotzdem ist der Einsatz in der warmen Küche ein kulinarischer Genuss.

Damit es lange frisch bleibt und nicht ranzig wird, sollte es lichtgeschützt, in dunklen Flaschen, dicht verschlossen und kühl gelagert werden.

So ist es lange haltbar und behält sein einzigartiges Aroma!



| 100 g Steirisches Kürbiskernöl enthalten durchschnittlich |                   |
|---|-------------------|
| Energie:  | 3751 kJ/ 896 kcal |
| Eiweiß:   | in Spuren         |
| Kohlenhydrate:  | in Spuren         |
| Fett:   | 99g               |
| Direkt gesättigte Fettsäuren:                             | 17g               |
| Einfach ungesättigte Fettsäuren:                          | 74g               |
| Mehrfach ungesättigte Fettsäuren:                         | 48g               |
| Cholesterin:  | 0 mg              |
| Vitamin E:  | 56mg*             |

\* Entspricht 560% der empfohlenen Tagesdosis

# Pikante Details

**E**in Tropfen hier, ein Tropfen da! Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. kann weit mehr, als Salate geschmacklich aufzuwerten. Es darf leicht erhitzt werden und eignet sich vorzüglich zum Kochen. Nicht geeignet ist es zum Frittieren und Braten!

Lichtgeschützt in dunklen Flaschen, dicht verschlossen und kühl gelagert, bleibt es bis zu zwölf Monate lang frisch und vollmundig im Geschmack. Um Oxidation zu vermeiden ist es wichtig, Ausgusstropfen sofort zu entfernen! Und es gilt: je frischer, umso nussiger ist das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. im Geschmack!

Pikant bis süß – eignet sich das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. für jeden Geschmack! Von Kernöl-eierspeise, Kernölaufstrich, saurem Rindfleisch, mariniertem Frisch- oder Schafskäse über Kernölnockerl, Medaillons mit Kernölbutter, Kürbiskernpolenta, Steak mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A., Fisch in Kernölbackteig, Salatvariationen wie Kartoffelsalat, Gurkensalat-, Rettichsalat, Tomatensalat bis hin zu Kernöl-Eis, Kürbisparfait, Kernöl-Ölkuchen, Kernölgugelhupf ... - erlaubt ist, was schmeckt!



## Süßes Vanilleeis mit Steirischem Kürbiskernöl

Zutaten: (Vanilleeis)

Waffel  
Vanilleeis  
Gehackte Steirische Kürbiskerne  
Steirisches Kürbiskernöl

Zubereitung:

Eine Kugel Vanilleeis in die Waffel geben, mit Steirischem Kürbiskernöl übergießen und mit gehackten Steirischen Kürbiskernen bestreuen.

Zutaten: (Zwetschkenuppe) Zubereitung:

600 g vollreife Zwetschken  
½ l Rotwein  
4 cl Zwetschkenbrand  
150 g Gelierzucker  
1 Zimtstange  
1 Vanilleschote

Zwetschken waschen, entsteinen und in einem Topf mit allen Zutaten zum Kochen bringen. 10 Minuten langsam kochen lassen. Mit einem Stabmixer aufmixen, durch ein feines Sieb streichen und auskühlen lassen.



### Kombi-Angebot

**6 Ausgaben „Kochen & Küche“ + Kochbuch „So kocht man in Österreich“**

jetzt nur €12,-  
(inkl. MwSt. und Porto)

**Ja ich bestelle ...**

„Kochen & Küche“ für 6 Ausgaben zum Preis von 12,- Euro (inkl. MwSt. und Porto). Als Dankeschön erhalte ich das Kochbuch sofort nach Bezahlung der Bezugsgebühr. Wenn ich mich nicht nach Erhalt der sechsten Ausgabe innerhalb von 14 Tagen schriftlich melde, möchte ich „Kochen & Küche“ zu dem jeweils gültigen Jahres-Abopreis weiterbeziehen (€ 29,90 inkl. MwSt. und Porto).

Bestellkupon ausfüllen, ausschneiden und einsenden an: Kochen&Küche, Hofgasse 5, 8010 Graz

Vorname

Nachname

Straße

PLZ  Ort

Telefon

Datum  Unterschrift

Öipresse\_08

Bestellhotline: Tel.: 0316 82 16 36, E-Mail: [leserservice@kochenundkueche.com](mailto:leserservice@kochenundkueche.com) oder [www.kochenundkueche.com](http://www.kochenundkueche.com)

Zurück zu den

# Wurzeln



Nach Jahren in den erlesensten Häusern des Landes kehrte ein Meister seines Faches heim. Hans Peter Fink, haubengekrönter Spitzenkoch, tauschte das Hotel Sacher gegen das Gasthaus Haberl in Walkersdorf bei Ilz. Im Diplom-Sommelier Mario Haberl fanden er und seine Frau Bettina den idealen Partner für ein

ambitioniertes Projekt in Sachen steirische Genusskultur. Als Highlight bietet das lukullische Ausnahmetalent hier die Möglichkeit, verschiedenste Delikatessen zu verkosten und Einblick in die Produktion der ausschließlich in Handarbeit und frei von Konservierungsmitteln gefertigten Köstlichkeiten zu gewinnen.

Im Laufe der nächsten Monate will das kulinarische Trio Fink's Kollektion erweitern.

Der Fokus liegt dabei auf Wildfrüchten und traditionellen, nach heutigem Geschmack adaptierten Rezepten. Leckere Impulse eines Heimkehrers!

## Güne Spargelcreme mit Turmschinken

Zutaten: (4 Personen)

Zubereitung:

600 g grüner Spargel, Salz, etwas Tabasco, 80 g Steirisches Kürbiskernöl, 12 Scheiben Turmschinken oder besten luftgetrockneten Schinken, Schaffrischkäse,

1 Hand voll klein gezupfter Frissee, 100 g Berglinsen, Marinade: 4 EL Traubenkernöl, 1 Prise Zucker, Salz, etwas Muskatnuss gerieben, 2 EL Weißer Balsamicoessig. Alle Zutaten mit einem Schneebesen gut vermischen.

Den Spargel waschen, schälen. 6 Stücke der Länge nach sehr dünn aufschneiden und auf Klarsichtfolie eng auflegen. Mit einem Ausstecher (9 cm) vorsichtig Kreise ausstechen und mit feuchtem Tuch abdecken.

Den restlichen Spargel in wenig Salzwasser zugedeckt rasch weich kochen, abschrecken und fein pürieren. Das Kürbiskernöl, Tabasco und Salz einmischen, danach fein passieren und kaltstellen.

Die Linsen waschen, kurz im Salzwasser blanchieren, abschrecken und marinieren.

Mit Hilfe desselben Ausstechers die Spargelcreme ca. 6 mm hoch auf kalte Teller mittig glatt streichen,

mit der Klarsichtfolie die Spargelkreise aufsetzen und mit Marinade bestreichen. Den Turmschinken mit Schaffrischkäse füllen, zu Röllchen drehen und auflegen.

Mit Frisseesalat und Linsen garnieren und mit getoastetem Weißbrot servieren.

**Gasthaus Haberl und Fink's Echte Delikatessen**  
Bettina & Hans Peter Fink,  
Mario Haberl  
8262 Ilz, Walkersdorf 23  
Tel. 03385/260  
office@finks-haberl.at  
www.finks-haberl.at  
Ruhetage: Dienstag, Mittwoch





**Gertraud Krobath**

Leiterin des Styrian Spa der Heiltherme Bad Waltersdorf

# Streicheleinheiten der Natur



Steirisches Thermenland  
Radersdorf 75, A-8263 Großwilfersdorf  
Tel.: 03385 - 66 040, Fax: DW 20  
info@thermenland.at  
www.thermenland.at



Im Steirischen Thermenland, 65 km südöstlich von Graz, sprudeln die Quellen der sechs Thermenorte Bad Radkersburg, Bad Gleichenberg, Loipersdorf, Bad Blumau, Bad Waltersdorf und Sebersdorf mit voller Kraft aus der Erde. Das weiche, heilkräftige Wasser schenkt Wärme und Wohlbefinden, versprüht Energie und Lebensfreude und trägt zu Schönheit und innerer Balance bei. Neben den wohligen warmen Quellen rücken regionale Schätze immer mehr ins Blickfeld. Wein, Apfel, Holunder und Kürbis verwöhnen den Gaumen und sie streicheln – verpackt in wohltuende Massagen, Bäder und Kosmetikanwendungen – den Körper.



So eine entschlackende Apfelmassage beispielsweise regeneriert ebenso wie eine Gesichtsbildung mit einer Getreide-Kürbiskern-Packung, Holunderölmassagen und -packungen, und natürlich die „Magische 8“- Massage mit Steirischem Kürbiskernöl.

## Die „Magische 8“

Kürbis gilt als das gesündeste Gemüse. Er enthält Spurenelemente wie Selen, Zink, Kalium etc. Behandlungen mit Kürbis wirken entspannend, entschlacken den Körper, pflegen die Haut und stärken das Immunsystem. Das enthaltene Kalium ist auch Nahrungsmittel für die Haut.

Für die „Magische 8 - Kürbisöl-massage“ werden die wertvollen Inhaltsstoffe des Kürbis-Fruchtfleisches als Extrakt gewonnen. Dieses wird - nach eigener Heilthermen-Rezepturbasis - mit dem Trägeröl vermischt.

Die beliebte „Magische 8“ ist eine Ganzkörper-Spezialmassage mit Steirischem Kürbiskernöl, die den gesamten Bewegungsapparat einbezieht, der Entspannung und Entwässerung dient und die Verdauung fördert.

## Veranstaltungen rund um das Steirische Kürbiskernöl

**16. September 2008**

**Buchpräsentation:** Das Steirische Kürbiskernöl und die besten Rezepte der heimischen Haubenköche.  
Bildungszentrum Raiffeisenhof,  
Krottendorferstraße 81, 8052 Graz.  
Um telefonische Anmeldung unter  
03452/72-1-51 wird gebeten.

**20. September 2008**

Kürbisfest in Fürstenfeld, Hauptplatz

**20.+ 21. September 2008**

Predinger Kürbisfest

**27. September bis 5. Oktober 2008**

**Grazer Herbstmesse:** Sonderausstellung Genuss Regionen Österreich



**28. September 2008**

k&k Fest in Pöfing Brunn, Erstpressfest in der Ölmühle Herbersdorf

**4.+ 5. Oktober 2008**

KürWiesTage in Wies

**16. Oktober 2008**

**Galaabend** rund um's Steirische Kürbiskernöl im Mailandsaal der Landesberufsschule für Tourismus in Bad Gleichenberg, Karten unter  
Tel: 03152 / 2766

**18. Oktober 2008**

**Galaabend** rund um's Steirische Kürbiskernöl im Gasthof Liebming, Unterpremstätten, Karten unter  
Tel: 0316 / 71 31 71



Eine Heißluftballonfahrt für 2 Personen  
im Wert von Euro 380,-

Ein Jahresbedarf Steirisches Kürbiskernöl  
(12x1 Liter) im Wert von €180,-

**4./5. Preis:**  
Geschenkkarton Steirisches Kürbiskernöl  
**6.-8. Preis:**  
je ein Kochbuch „Steirische Versuchung“  
**9./10. Preis:**  
je ein Jahresabo „Kochen&Küche“

Die Verlosung findet am 5. Oktober, 12 Uhr auf der Grazer Herbstmesse 2008 (Sonderausstellung Genuss Regionen Österreich) statt.

# Gewinnspiel

**1. Preis**

Ein Thermenwochenende für 2 Personen in einem  
4 Stern Hotel des Steirischen Thermenlandes  
im Wert von € 500,-

### Die Gewinnfrage:

Woran kann man bereits beim Kauf ein  
kontrolliertes echtes Steirisches Kürbiskernöl  
g.g.A. erkennen?

- alle das selbe Etikett  
 an der Banderole  
 an der Farbe der Flasche

Vorname

Zuname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

Mobil



# Eine Spur führt durch die Weststeiermark.

**V**orsicht Rutschgefahr, heißt es in der südlichen Weststeiermark. Denn auf der Ölspur gibt es seit 10 Jahren kein Entrinnen. Diese führt 30 km südwestlich von Graz durch zehn Ölspurge-meinden von Stainz über Rassach, Deutschlandsberg, Hollenegg, Schwanberg, St. Martin i. S., Sulmeck-Greith, Pölfing-Brunn, Wies bis nach Eibiswald. Genussradeln, Kürbisfeste und viel Kulinarik prägen den Jahrlauf in diesem Landstrich.

Besonders spannend unterwegs: vier Ölmühlen die neben echtem Steirischen Kürbiskernöl Spezialitäten aus der Region anbieten und 21 Ölspurwirte, die zum Verkos-

ten bester Speisen einladen. Speziell während der Kürbisanischen Wochen, die von Anfang August bis spät in den Herbst hinein dauern, lässt sich die Welt rund um Kürbis, Kernöl und Schilcher mit allen Sinnen erfahren.

Wenn die Kürbisse rund und prall mit Kernen gefüllt auf den Äckern liegen, ist es aber auch höchste Zeit für die Kürbisfeste, die alljährlich veranstaltet werden.

#### 28. September 2008:

k&k Fest in Pölfing Brunn, Erstpressfest in der Ölmühle Herbersdorf, Kunst & Kartoffel in Schwanberg

#### 4./5. Oktober 2008:

KürWiesTage in Wies



Steirische Ölspur GesbR  
8522 Lasselsdorf 51  
Büro: Tel. 03465/7038  
www.oelspur.at

www.schilcherland.com  
www.suedweststeiermark.at  
www.schilcherheimat.at  
www.sulmtal-koraln.info

180  
Jahre auf  
Ihrer Seite  
1828 - 2008



**GRAZER WECHSELSEITIGE**  
Versicherung Aktiengesellschaft

**GRAWE AGRAR**  
Der Landwirtschaftsschutz



www.grawe.at

Info unter (0316) 8037-222

Die Versicherung auf **Ihrer** Seite.

Grazer Wechselseitige Versicherung AG, Herrengasse 18-20, 8011 Graz, Tel. 0316/8037-0, service@grawe.at

## Jetzt sanieren, statt im Winter frieren!

DER NÄCHSTE WINTER  
KOMMT BESTIMMT!

AKTION  
-70%

Senken Sie Ihre Energiekosten um 70%!

Wohnhäuser, die speziell vor 1980 erbaut wurden, verbrauchen rund 4x mehr Energie als moderne Bauten. Die Sanierung von Fenstern, Dämmung, Heizung etc. entlastet Ihre Geldtasche, trägt zum Klimaschutz bei und wird vom Land Steiermark gefördert.

Infos: www.wohnbau.steiermark.at  
Tel.: 0316 / 877-3713 oder 3769

LEBENSRESSORT  
STEIERMARK



Das Land  
Steiermark

# Der Geschenkstipp



Euro  
**23,90**

Jeder Mensch möchte gesund, attraktiv und fit sein. Bei der Erfüllung dieses Wunsches hilft das Steirische Kürbiskernöl g.g.A.

Was dieses kernige heimische Produkt für Wohlbefinden, Gesundheit und Schönheit tun kann, zeigen Experten aus den verschiedenen Branchen in dem soeben erschienenen (Koch)

Buch „Steirische Versuchung“ auf. Heimische (Hauben)Köche verraten in „Steirische Versuchung“ ihre ganz persönlichen Kernöl-Favoriten.

Anfänger oder leidenschaftlicher Hobbykoch – hier findet jeder das eine oder andere Schmankerl für's eigene Küchen-Repertoire.

Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. (Hrsg.)  
„Steirische Versuchung“  
1. Auflage, Eigenverlag  
Leibnitz; 2008, 148 Seiten  
ISBN 978-3-200-01203-5

**Bestellung unter:**  
[www.steirisches-kuerbiskernoel.eu](http://www.steirisches-kuerbiskernoel.eu)  
**Telefon: 03452 / 72 151**