

## Pressemitteilung

Linz, 8. November 2023

### 30 Jahre Seminarbäuerinnen in Oberösterreich

Seit jeher eine kulinarische Erfolgsgeschichte

**In Linz beginnt´s: Geboren wurde die Idee für die Seminarbäuerinnen als authentische Botschafterinnen der heimischen Landwirtschaft 1993 Auf der Gugl – dem Sitz der Landwirtschaftskammer OÖ in Linz. Was mit einem Pilotprojekt begann, wurde zu einer Bäuerinnen-Erfolgsstory: Seit 1993 wurden in Oberösterreich mehr als 200 Bäuerinnen zur Seminarbäuerin ausgebildet, derzeit sind mehr als 50 von ihnen aktiv tätig und sie geben ihren reichen Erfahrungsschatz rund um regionale Lebensmittel an die Bevölkerung weiter. Weil die Idee zu den Seminarbäuerinnen Auf der Gugl entwickelt wurde, steht heuer im Jubiläumsjahr in Oberösterreich der Guglhupf im Blickpunkt. In der Landwirtschaftskammer OÖ wurde eine neue Rezeptbroschüre mit Rezepten für Guglhupf-Prachtstücke herausgegeben und die Seminarbäuerinnen bieten heuer jede Menge Guglhupf-Backkurse an.**

„Seit 30 Jahren geben die vom Ländlichen Fortbildungsinstitut bestens geschulten Seminarbäuerinnen ihr fundiertes Praxiswissen in Kochkursen, Schulworkshops, bei Messen und Veranstaltungen mit viel Leidenschaft und Begeisterung an Jung und Alt weiter“, freut sich Landwirtschaftskammer-Vizepräsidentin Rosemarie Ferstl anlässlich dieses besonderen Geburtstages. „Sie stehen stellvertretend für Bäuerinnen und Bauern an vorderster Front bei der Vermittlung von lebens(mittel)wichtigem Wissen, denn wer könnte das authentischer und lebensnaher vermitteln als die Bäuerinnen. Unsere Seminarbäuerinnen begleiten sozusagen Lebensmittel von Stall und Feld bis auf den Teller“, betont Ferstl.

#### **15.000 Kochkurse, 200.000 Teilnehmende**

Seit 1993 haben die oberösterreichischen Seminarbäuerinnen in rund 15.000 Kochkursen und Schulworkshops über 200.000 Teilnehmende informiert, mit ihnen gekocht und 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.

„Die Landwirtschaftskammer OÖ und das Ländliche Fortbildungsinstituts der Landwirtschaftskammer OÖ sagen 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. Ich bin wirklich stolz auf die Arbeit der Seminarbäuerinnen“, zeigt sich Ferstl begeistert.

### **30-Jahr-Jubiläum wurde in Linz gefeiert**

Ein Jubiläum muss natürlich auch gefeiert werden: Darum trafen sich am 7. und 8. November Seminarbäuerinnen aus ganz Österreich beim Bundesforum der Seminarbäuerinnen und Seminarbauern auf der Gugl in Linz. Beim Jubiläum gab es nicht nur hochkarätige Vorträge zu regionalen Genussmomenten, aus dem „Social-Media-Kuchlkastl“ oder zur Medienarbeit, sondern auch Möglichkeit zum Netzwerken, Austauschen und Genießen.

„Wir freuen uns mit unseren Kursbesucherinnen und Kursbesuchern, Schülerinnen und Schülern auf die nächsten 30 Seminarbäuerinnen-Jahre. Wir wollen die Zukunft unserer regionalen Landwirtschaft gemeinsam genussvoll und Kochlöffel schwingend positiv gestalten“, betont Vizepräsidentin Rosemarie Ferstl.

### **Die Gugl feiert mit Guglhupf**

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

Infos zum neuen Kursangebot gibt`s unter: [www.seminarbaeuerinnen-ooe.at](http://www.seminarbaeuerinnen-ooe.at)

Jubiläumsbroschüre zum Bestellen: [Broschüren Land- und Forstwirtschaft | LK Oberösterreich](#)

### **NEU! Guglhupf-Backkurse: Guglhupf-Prachtstücke für jede Gelegenheit**

Von süß bis herzhaft, von modern bis klassisch, von klein bis groß, von warm bis eiskalt



Bildtext: Die Seminarbäuerinnen bieten heuer 30 Backkurse zum Guglhupf in ganz Oberösterreich an.  
Bildnachweis: Tobias Schneider-Lenz, Abdruck honorarfrei

Guglhupf gut – alles gut! Gemeinsam kochen und kosten sich die Teilnehmenden beim Guglhupf-Backkurs durch das köstliche Guglhupf-Universum. Die Seminarbäuerinnen verraten ihre besten Rezepte, lüften ihre Guglhupf-SOS-Trickkiste und entführen in die kreative Guglhupf-Genuss-Welt. Die Guglhupf-Backakademie bietet den Besucherinnen und Besuchern jede Menge Guglhupf-Inspirationen in allen Bezirken Oberösterreichs.

Infos und Termine: [Guglhupf-Prachtstücke für jede Gelegenheit | LFI Oberösterreich](#)

Die Landwirtschaftskammer OÖ und das LFI OÖ möchten sich anlässlich des 30-Jahre-Seminarbäuerinnen-Jubiläums bei den Medienvertreterinnen und Medienvertretern bedanken. Wer möchte, darf sich als kleines Dankeschön bei Lisa Hammer (E [lisa.hammer@lk-ooe.at](mailto:lisa.hammer@lk-ooe.at), T 050 6902 1649) kostenfrei das neue Rezeptbuch „Guglhupf-Prachtstücke für jede Gelegenheit“ bestellen. Wir freuen uns auf viele köstliche Guglhupf-Rezepte in den heimischen Medien.



Bildtext: Der Guglhupf: perfekt für die Kaffeepause oder die Jause.  
Bildnachweis: Tobias Schneider Lenz, Abdruck honorarfrei

### **Aufgepasst: am 15. November ist „Tag des Guglhupfs“.**

Guglhupf-Liebhaber feiern jährlich am 15. November den Tag des Guglhupfs. Das wäre doch ein guter Anlass, um den Rezepttipp der Seminarbäuerinnen OÖ auszuprobieren und statt eines süßen Guglhupfs einmal eine pikante Variante des beliebten Kuchens auf den Tisch zu bringen:

### **Rezepttipp:**

### **Pikanter Gemüse-Zero-Waste-Guglhupf**

#### **Zutaten:**

ca. 250 g Gemüse nach Wahl (Wurzelgemüse, Kürbis, Porree, Schwammerl usw.)

150 g Mehl, glatt

1 TL Weinsteinbackpulver

Salz, Pfeffer

frische, gehackte Kräuter (optional getrocknet)

ca. 80 g Käse, gerieben

3 Eier

70 ml Öl (Raps- oder Sonnenblumenöl)

Weiters: Öl/Butter für die Form



#### **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.





Bildtext: Die oberösterreichischen Seminarbäuerinnen feierten das 30-Jahr-Jubiläum gemeinsam mit Agrar-Landesrätin Michaela Langer-Weninger (r.) und der Vizepräsidentin der Landwirtschaftskammer OÖ, Rosemarie Ferstl (l.)

Bildnachweis: LK OÖ, Abdruck honorarfrei

**Kontakt:** Mag. Elisabeth Frei-Ollmann,  
Tel +43 50 6902-1591, [elisabeth.frei-ollmann@lk-ooe.at](mailto:elisabeth.frei-ollmann@lk-ooe.at)