



## Tipps & Sehenswertes

Wandervorschläge auf dem Wanderhochplateau Postalm

Rundweg 2:

Vom Parkplatz 1 wandert man am Lienbachhof vorbei zur Blonden Hütte, dort zweigt man links ab und kommt auf einem Wiesenweg zur Rosserhütte. Weiter geht es auf der Almstraße links zu einer Wegteilung bei der Innerlienbachalm. Dort hält man sich rechts und auf schmaler Schotterstraße kommt man zur Abzweigung Labenbergalm. Weiter geht es flach in kurzer Zeit zur Abzweigung Pitscherbergalm und nun über einen schmalen Steig über Almen und durch Wald zum Parkplatz 3, dann rechts hinunter zur Stroblhütte und über die Schnitzhofalm zum Ausgangspunkt zurück. Gehzeit zirka 3 Stunden.

## Schon gewusst?

Wie kommt die Postalm zu ihrem Namen!

Der Name stammt aus der k & k Kaiserzeit, als Bad Ischl noch die Sommerresidenz der österreichischen Kaiser war. Da gab es dort auch eine bedeutende Poststelle mit vielen Postkutschen und einer großen Anzahl von Pferden. Im Sommer wurde ein Teil der Pferde zur Sommererholung auf diese Alm gebracht und so ergab sich der Name "Postalm".

## Genuss & Kulinarik Eck

Spargel-Risotto mit Zitronen-Lachs

Zutaten für 4 Personen

Spargel-Risotto:

1 mittlere Zwiebel fein geschnitten, 3 EL Butter, 300 g Risottoreis, 0,1 l Weißwein, ca. 1 l heiße Gemüsesuppe, 500g Spargel grün, in Scheiben geschnitten, 500g Spargel weiß, geschält in Scheiben geschnitten, 1 TL Honig, Salz, Pfeffer zum Würzen, 100g Parmesan gerieben

Zitronen-Lachs:

4 Stück Wildlachs à ca. 150g, 2 Zitronen unbehandelt, 1-2 EL Rapsöl, Salz, Pfeffer, 4 Rosmarinzwige

Zubereitung – Risotto

Zwiebel mit 1 TL Butter im Topf leicht anschwitzen, Reis zugeben und glasig anschwitzen, nach und nach Wein und heiße Gemüsebrühe zugeben, Garzeit ca. 25 min.

Spargel grün und weiß in einer Pfanne mit 2 EL Butter und Honig ca. 3 min leicht anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, 5 min vor Garende des Risottos den Spargel dazugeben, kurz vor dem Servieren den Parmesan unterziehen. Spargelabschnitte und -schalen ca. 5 min in der Gemüsebrühe mitkochen.

Zubereitung – Lachs

Zitronen klein schneiden, Lachs mit Öl, Salz und Pfeffer einreiben, auf ein Backblech geben und mit Zitronenstücke und Rosmarin belegen, bei ca. 130 Grad im Backofen mit Ober- und Unterhitze ca. 20 – 25 min. garen je nach Dicke der Lachsstücke, nach dem Garen Zitronen und Rosmarin entfernen und mit Risotto auf Teller anrichten.

Viel Freude beim Nachkochen und guten Appetit wünscht euch Gusi von der Stroblhütte

## Urlaubswetter heute



## Die kommenden Tage