

Kaffee, Parfüm und Nahrung aus dem Gibelwald

Dominik Imhof ist Fachberater für essbare Wildpflanzen und Wildpilze und führt entsprechende Kurse durch.

Nicole Aufder Maur

Dominik Imhof reicht mir einen Becher. Der Inhalt sieht aus wie gewöhnlicher Kaffee. Ich koste und versuche, zu erraten, woraus das wohlschmeckende Gebräu gemacht ist. «Nuss?» Nein. Der Kaffee, den mir Dominik Imhof an diesem regenreichen Dezembertag offeriert, wurde aus Löwenzahnwurzeln hergestellt. Die erste Überraschung auf unserem Wildpflanzen Spaziergang ist gelungen. Und es werden noch einige mehr folgen. Wir schreiten gemeinsam los durch den heute etwas rutschigen Schwyzer Gibelwald. «Schau, da haben wir Huflattich, den kannst du bei Husten gebrauchen», sagt Dominik Imhof, «und da findest du Giersch, ich verwende ihn wie Spinat, oder auch in einem Risotto ist er wunderbar. Er schmeckt ähnlich wie Petersilie.»

Er erklärt mir einige Bestimmungsmerkmale von giftigen und essbaren Pilzen. Natürlich sollte ich mich nach diesem kleinen Aufklärungsblock jetzt nicht Pilzkenner nennen und mich blindlings auf die Pilze stürzen. Mir wird schon mulmig, als mir Dominik Imhof einen Pilz zum «Testen» reicht. «Das ist ein Täubling. Wenn er scharf oder bitter schmeckt, dann ist er nicht essbar», sagt er. Ich beisse zaghaft in den Pilz. Nach wenigen Sekunden brei-

tet sich ein bitterer Geschmack in meinem Mund aus. Dominik Imhof lacht. Ich spucke den Pilz sofort aus. Imhof bestätigt mir, dass dieser Pilz nicht essbar sei, aber auch nicht tödlich. Trotzdem bilde ich mir auf unserer weiteren Wanderung durch den Gibelwald noch minutenlang ein, dass mir schlecht ist und ich gleich umkippe.

«Das kann man als Parfüm gebrauchen»

Da kommt mir ein anderer Geschmack gerade recht. Dominik Imhof hält mir den Samen einer Weissstanne hin: «Diesen kann man als Parfüm gebrauchen», sagt er. Tatsächlich macht sich ein feiner Duft breit, wenn man an dem Samen reibt. Als «orangig-frisch» würde ich ihn beschreiben.

Er zeigt mir Weissdorn, den man als Tee aufgiessen kann. Dieser wirke regulierend auf den Blutdruck. «Und schau, da ist Waldmeister, den kannst du als Schlaftee gebrauchen.» Der in Muotathal aufgewachsene Dominik Imhof blüht im Wald sichtlich auf, an jeder Ecke reicht er mir einen Teil einer Pflanze, einen Samen, eine Wurzel, ein Blatt. Für mich geht eine neue Welt auf.

«Grundsätzlich kann man sich vom Wald ernähren», meint Imhof. Entferne man die Gerbstoffe aus den Eichen, seien sie ein Superfood. Und geröstete



Dominik Imhof ist Fachberater für essbare Wildpflanzen und Wildpilze. Er führt mit viel Wissen und Charme durch seine Kurse.

Bild: Nicole Aufder Maur

Haselkätzchen seien zum Beispiel auch lecker und füllten den Magen. «Ich suche nach Waldbesitzern, die interessiert an der Aufforstung mit nahrhaften Bäumen wie Eichen oder Nussbäumen

sind», sagt er. «Unser Boden könnte viel mehr Menschen nachhaltig ernähren, wenn unsere Wälder und Dörfer mit mehr essbaren Bäumen gestaltet wären. Deshalb unterstütze ich das fi-

nanziell», meint er. «Jedes wilde Tier kann sich von der Natur ernähren und ist absolut frei und unabhängig», sagt Imhof, «das hat mich sehr inspiriert und motiviert, dies auch wieder zu lernen.» So habe er sich immer mehr in das Thema eingelesen, habe sich schliesslich von Markus Strauss an der Hochschule für Wirtschaft und Umwelt in Nürtingen-Geislingen (HfWU) zum Fachberater für Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen und Wildpilzen ausbilden lassen und die Ausbildung zum Heilpflanzenfachmann TEN bei Brigitte Waser-Bürgi an der Heilpflanzenschule Sattel absolviert. Mittlerweile hat Dominik Imhof einen Riesenschatz der Natur zu Hause. Fermentiert, eingelegt, getrocknet. Er röstet, brutzelt und braut. Er bedient sich am Naturbuffet, hat sich sogar einmal sieben Tage ausschliesslich von essbaren Wildpflanzen ernährt.

Dominik Imhof will sein riesiges Wissen weitergeben und dadurch den Alltag der Menschen bereichern. Seit mehreren Jahren führt er unter seinem Firmennamen «Uchruut» Exkursionen und Workshops zum Thema «Essbare Wildpflanzen und Wildpilze» durch. «Auch für Schulen sind die Exkursionen geeignet, und ich durfte schon viele Kinder mit dem Pflanzenfieber anstecken.»