



Grundtvig European Learning Partnership „Our Agro Bio Diversity“

Reisebericht Lettland, 1 – 5. Juli 2012: Zu Besuch bei Farmern des lettischen Eco Health Farm Network

von Maria Hagmann und Claudia Kaufmann, ARCHE NOAH

Tag 1 - 1. Juli:

Wir kommen abends in Riga am Flughafen an. Wir, das ist eine 11 köpfige Gruppe, die aus Mitarbeiterinnen der ARCHE NOAH und 7 österreichischen Bauern und Bäuerinnen besteht. Am Flughafen werden wir von Guntra Aistara, die ursprünglich aus Lettland kommt und momentan in Ungarn arbeitet, begrüßt und empfangen. Sie wird für die nächsten Tage unsere Übersetzerin sein. Wir nächtigen im City Hotel Teater.

Wir sind eingeladen ins **Eco-Cafe** wo wir zu Abend essen. Dort treffen wir Janis Vaivars, einen jungen lettischen Käuterbauern, der die Reise für uns organisiert hat, und die Gruppe aus der Schweiz (Pro Specia Rara), die am gleichen Abend angekommen ist wie wir. Im Eco-Cafe wird extra für uns ein Abendessen aus biologischen Zutaten gezaubert, eigentlich hätte es an diesem Abend geschlossen. Wir machen eine Vorstellungsrunde und lernen uns so gegenseitig kennen.

Zum Abendessen werden, teilweise typisch für Lettland, manches auch international, gereicht:

- Roggenbrot und Weißbrot das eher süß schmeckt
- Rindfleisch, Bohnen, Buchweizen
- Zucchini mit Tomaten und Käse überbacken
- Salat der Saison mit Blüten und Preiselbeeren
- Sanddornsaft, Kefir, Kräuter-Rhabarberwasser, Wasser und Bio-Wein
- Rhabarber-Streußelkuchen mit gesüßtem Schlagobers, garniert mit Preiselbeeren

Das Eco-Cafe beinhaltet einen kleinen Bioladen mit Produkten aus der Region wie Getreide, Nudeln, Haushaltsartikel wie eine Salzzahnpaste von Weleda.

Nach dem Abendessen führt uns Guntra zu Fuß durch Rigas Altstadt. Viel Fußgängerzone, beeindruckende Bauten im Jugendstil, auch neue, beziehungsweise wieder neu im alten Stil aufgebaute Gebäude sind zu bewundern. Alles ist sauber und wirkt gut strukturiert und ordentlich.

Tag 2 - 2. Juli:

Es regnet, es schüttet so richtig ausgiebig, als wir mit unserem ganzen Gepäck zum Bus gehen, der uns ins Landesinnere bringt.



Unsere erste Station ist die Farm „**Darnieciba Neslinko**“ in **Bražuni**. Ein kleiner Betrieb der seit 34 Jahren 800 verschiedene Tomatensorten probiert hat. Die Familie bewirtschaftet 2 große Folientunnel in denen derzeit 200 Tomatensorten angepflanzt sind, welche 2-triebig gezogen und im August entspitzt werden. Optisch sind schon verschiedene Sortentypen erkennbar. Nur Cocktailtomaten sind schon vereinzelt reif. Zwischen den Pflanzen finden sich Salat, Dille, Basilikum, Hanf welche nach

ihrer Erfahrung nach die Pflanzengesundheit fördern in dem sie die Luft reinigen (Bakterien und Pilze). Unsere Schritte federn auf schwarzer Erde im Folienhaus welche zur Gänze aus Mistkompost und Torf besteht. Torf wird ganz herkömmlich sozusagen um die Ecke geholt. Rund um die Folientunnel sind Blühstreifen mit Kräutern und Blumen angelegt um die Hummeln u. a. von den Paradieserblüten fern zu halten und so eine Verkreuzung durch Hummelbestäubung zu verhindern. „Dont be lazy!“ steht gleich mit dem Firmenlogo auf dem T-Shirt der Betriebschefin Frau Neslinko, natürlich auf lettisch, aber Guntra übersetzt für uns. Die ganze Familie arbeitet auf dem Hof mit. Im Frühjahr produzieren sie Tomatenjungpflanzen, erst wenn diese verkauft sind beginnen sie mit den Pflanzen zur Frucht und Saatgutproduktion. Im Glashaus ist ein Kübel verkehrt aufgehängt, da wachsen unten kleine Cocktailtomaten raus – Kopfübertomate nur mal als Versuch.

Wir erhalten Tomatensaft aus der Vorjahresernte und kleine Speckkipferl dazu gereicht. Gleich wird kräftig Saatgut getauscht, wir haben Samen aus Österreich mitgebracht und erhalten verschiedene Tomatensamen von der Familie Neslinko geschenkt. Senf als Gründüngung
Die Sorten werden in dieser Reihenfolge, nach Geschmack, Resistenz und Ertrag selektiert.

Die Reise geht weiter. Bei jeder Station steigen neue Leute in unseren Reisebus ein. Im Bus stellen sich die neu hinzugekommenen aus Lettland, Rumänien und Polen vor. Wir überqueren nach 47 km Entfernung von Riga die Daugava, der größte Fluß in Lettland. Hier befindet sich das erste Flußstaukraftwerk welches als erstes Elektrizitätswerk nach dem 1. Weltkrieg in einer 20-jährigen Unabhängigkeitszeit gebaut wurde. Unterwegs hören wir von Mara, einer Bäuerin und Historiker aus der lettischen Gruppe über die Geschichte Lettlands. Lettland war fast immer von fremden Mächten besetzt. Das Land wurde den Bauern immer wieder weggenommen und am Ende einer Herrschaft durften die Bauern das Land ihren ehemaligen Herrschern immer wieder abkaufen. So wurde ein und dasselbe Stück Land etliche Male von den Bauern wieder zurück gekauft.

Nach vielen Kilometern kommen wir auf dem **Hof Ragares in Skriveri bei Janis Vaivars** an. Seine



Großeltern haben hier am Betrieb ursprünglich Apfelsorten gezüchtet und lettische Süßigkeiten aus Milch, Zucker und Nüssen hergestellt. Janis hat den Betrieb vor 4 Jahren übernommen. Er produziert 120 verschiedene Kräuter für eigene Teemischungen, die in schöner Verpackung präsentiert werden. Er beliefert auch Apotheken. Hier lernen wir, dass in Lettland in den Apotheken vermehrt Kräuter als Medizin angeboten werden. Janis macht ca. 2 Führungen pro Woche für Busgruppen. Bei ihm wachsen

beispielsweise:

- *Pycnanthemum pilosum* - Amerikanische Bergminze
- *Rhaponticum carthamoides* – Hirschwurz
- *Levisitum* – Liebstöckel
- *Nepeta cataria citriodora* – Weiße Melisse
- *Rodiola rosea* – Rosenwurz
- *Petroselinum crispum* – Petersilie
- *Monarda didyma* – Indianernessel
- *Hypericum perforatum* - Johanniskraut
- *Trifolium pratense* – Rotklee
- *Melilotus* – Stein-/Honigklee
- *Agastache anisatum* – Anisypop
- *Monarda fistulosa* – Oswegokraut
- *Peucedanum* - Haarstrang
- *Sideritis scardica* - Griechischer Bergtee
- Und viele mehr



Wir erhalten eine Gemüsesuppe, die über dem offenen Feuer gekocht wird, dazu Brot, Rahm und frische Kräuter. Zum Trinken gibt es Kräuterwasser. Auf diesem Grundstück gibt es eine tolle überdachte Sitzgelegenheit und ein Häuschen mit freiem Fall. Der Ort bietet einen schönen Ausblick auf den Fluß Daugava und wir genießen das Mittagessen. Im nächsten Jahr will sich Janis hier ein Wohnhaus bauen. Wir erwerben Janis' selbst gemachtes Kräutersalz und einige der vielen Kräutertee-Mischungen mit Heilwirkung.

Unser nächster Halt ist die **Kräuterfarm „Janavas“ in Aizkraukle**. Anta, die Cefin, begrüßt uns und führt uns in ein neu errichtetes Blockhaus, wo die Lettische Gruppe ein Lied anstimmt. Der Inhalt des Liedes ist in etwa folgender: „Ich gebe meine Sorgen unter einen Stein und gehe/steige singend darüber“. 1993 standen hier nur Brennesseln und alte Apfelbäume. „Wir wurden von der russischen Planwirtschaft in den Kapitalismus geschmissen“, erzählt uns Anta. Sie lernte, gefördert durch ein Leonardoprojekt, Kosmetikprodukte herzustellen und gibt nun dieses Wissen an ihre Besucher und Besucherinnen weiter. Sie lernt uns wie wir mit Kräuter-Gesichtswasser (duftet vorrangig nach Lavendel) unsere Haut reinigen und anschließend unser Gesicht massieren sollen. Danach tragen wir die „Krems(Creme)-Beate“ auf. Fühlt sich wirklich gut an. Unsere mitreisenden ErhalterInnen tauschen auch hier mitgebrachte Samen aus, danach kaufen wir Tees und Cremes.

Anta führt uns über ihr Grundstück mit den Kräutern, mit Erdäpfel, Karotten, Rote Rüben, Zwiebel, Petersilie usw. zur Selbstversorgung. Eine Henne mit ihren Kücken rennt zwischen den Dammkulturen herum.

Im Anschluß stellt Mara, die Bäuerin und Historikerin, sich und ihre Aufgabe im Öko Health Farm Network vor. Im Jahr 2000 waren es nur 200, jetzt gibt es in ganz Lettland 4000 biologisch bewirtschaftete Farmen. Mehrere Bauern haben vor 10 Jahren zusammen eine Organisation gegründet, das Eco-Health Farm Network. Die Bauern und Bäuerinnen treffen sich jeden Winter zu Weiterbildungen und gemeinsamen Exkursionen. Das Wissen zu Ökologischer Landwirtschaft wird vermittelt und ausgetauscht. Es werden auch Referenten von der Medizinfakultäten mit den

neuesten Forschungsergebnissen eingeladen. Hier werden Versuche aus der Praxis mit der Wissenschaft zusammengebracht. Viele dieser Farmen sind Ausbildungszentren geworden. Phytotherapie dient in Lettland zur Verbesserung der medizinischen Versorgung (war durch/nach Sowjet-Zeiten zum Erliegen gekommen ist). In Lettland werden medizinische Behandlungen und Phytotherapie oft in Kombination angeboten.

Unsere letzte Station für diesen Tag ist die **Farm Mežnieku Mājas (Haus im Wald) in Aglona**, wo wir die nächsten zwei Nächte untergebracht sind.

Abendprogramm:



Pirts, wie die lettische Sauna genannt wird, probieren wir gleich an diesem Abend aus. Es gibt drei verschiedene Arten zur Auswahl. Erdbeersauna, normale lettische Sauna und traditionelle lettische Black-Sauna. Bei der Black-Sauna wird der Ofen mit den Steinen oben drauf angeheizt/erhitzt. Die Blockhütte in der das geschieht hat aber keinen Rauchabzug, sodass die Wände ganz schwarz sind (wie in einer Selch/Räucherammer). Vor dem ersten Aufguss wird der Rauch hinausgelüftet

und dann rauf auf die Bank. Sechs Leute haben darauf Platz, es ist schön heiß. Inese schwingt die Birkenreisigbüsche welche sie immer wieder ins warme Wasser taucht. Dann „Surprise!“ wir bekommen einen anständigen Spritzer Wasser von den Birkenbüschen auf unsere Haut. Inese macht mit uns 5 Durchgänge, nie zu lang nie zu kurz. In den Pausen gibt es den Schwimmteich vor der Tür, schwarze Ribiseln gefrostet und dann zermatschert auf die Haut, oder eine Mischung aus Honig. Jeder Aufguss ist ein neues Erlebnis.

Und die Wärme wird angenehmer und unser Haut immer feiner und rosiger. So geht es bis Mitternacht und dann - danke es war ein tiefgreifendes Erlebnis - ab nach Hause ins Bett. Wir schlafen ganz wunderbar.

Tag 3 – 3. Juli:



Im **Brotmuseum von Aglona** werden wir von der Leiterin Vija Ancane, einer resoluten Frau, herzlich begrüßt. In der guten Stube bekommen wir eine lange Schilderung zu Brot und Tradition und der Heiligkeit und Dankbarkeit dass es den Roggen gibt. Roggen ist das am meisten angebaute Getreide in Lettland. Frau Ancane erzählt uns über die Brotbackkunst, vom Sauerteig und den Gerätschaften. Dass, wenn ein Mädchen zur Schwiegertochter wird, sie vorher getestet wird ob sie auch den Mahlstein antreiben und ausdauernd mahlen kann, verrät sie uns auch. Hier erwerben wir Brot, schwarz und weich aus Roggen und gestrickte Socken

und Handschuhe für den Winter.

Danach besuchen wir eine weitere „superb organic health farm“: **Sollomina muiža am See Ciriša**. Inese, bei der wir am Vorabend schon in der „Pirts“ waren, produziert Käse und kocht uns Gulbeņņiki zum Mittagessen. Gulbeņņiki sind ein traditionelles lettisches Essen und werden

folgendermaßen zubereitet: 1 Streifen Käse und 1 Streifen Speck werden mit Kartoffelteig umhüllt und es wird ein länglicher Knödel draus geformt, dann in Fett frittieren bis der Knödel hellgelb ist. Nach dem Essen zeigt uns Inese ihre Farm. Die schwarzbunten Rinder stehen auf der Weide. Das Pony zum streicheln ist an einer langen Kette angebunden, eine in Lettland durchgehend übliche Methode. Auch Rinder werden so auf die Weide gebracht. Es gibt praktisch keine Zäune und jeden Tag kommt das Tier ein Stückchen weiter auf die Weide, welche kreisrunde Flächen aufweist die abgeweidet sind. Rosarote Schweinchen, Hühner, Kaninchen sind zu sehen. Inese hat auch Zimmer zu vermieten. Der See gleich in der Nähe verleitet uns zum Schwimmen. Ein riesiger ruhig daliegender See. Wir hatten das Gefühl hier alleine zu SEIN weit und breit keine anderen Menschen (außer uns), das nächste Häuschen weit entfernt.



Die nächste Station ist die **Farm „Zemeņu Krastiņi“**, was als Erdbeerparadies übersetzt werden kann. Wir staunen über bunte Wäsche mit Erdbeeren drauf, die im Wind trocknet. Die ganze Familie ist in Erdbeerkostümen verkleidet, Erdbeerprinzessinnen und Erdbeerprinzen. Die Bäuerin begrüßt uns mit der Ziehharmonika und einem Lied, zeigt uns Erdbeerrose, Erdbeerminze und anderes mit dem Namen Erdbeer in der Bezeichnung.

Der Erdbeerprinz und 2

Erdbeerprinzessinnen bieten uns aus 3 riesigen vollen Schüsseln Erdbeeren an. Verschiedene Erdbeersorten werden uns vorgestellt. Wir lernen über die Art wie sie kultiviert werden. Die Beikräuter werden niedrig gehalten bis zur Blüte der Erdbeerpflanzen, jetzt zur Zeit der Ernte sind das Gras und die Beikräuter 50 cm hoch und mehr. So werden die Erdbeeren vor Vogelfraß geschützt. Alle Heilwirkungen der Erdbeere und anderer Kräuter werden uns vorgestellt. Dann geht es auf den Erdbeertrail, hier müssen wir acht geben, denn es könnte uns die Erdbeerhexe begegnen. Was sie tatsächlich auch tut und schimpft mit uns weil wir die Walderbeeren stehlen. Der Weg führt uns an einen See, wo wir verschiedenste Erdbeersüßspeisen bekommen. Da steht dann auch noch die Erdbeeroma (sie wirkt wie eine Königin in Ihrem Kostüm) und schenkt uns Alkoholisches aus Erdbeeren zum Probieren ein. Ein Stück weiter gibt es eine Erdbeer/Schlammmaske vom Seeufer und ein Tänzchen zum Mitmachen.

Zum Abschluß erhalten wir noch handgefertigte Erdbeerförmige Visitenkarten und jeder eine Erdbeere auf Hand oder Gesicht gemalt. Später haben wir erfahren, die ganze Performance ist eigentlich ein Kinderprogramm, das sonst mit Schulkindern durchgeführt wird.

Weiter geht's zu einer biologischen Farm mit über 100 Schwarzkopf-Schafen, einer typisch lettischen Schafrasse. Wir erhalten eine Führung durch den Betrieb, Schaschlik vom Lamm und biologischen Wein.

In Aglona kommen wir an einer riesengroßen weißgefärbte Wallfahrtskirche vorbei, die wir besichtigen. Hier entspringt eine Quelle mit sehr gutem frischem Wasser, das eine heilsame Wirkung auf die Augen haben soll. Innen wird die Kirche gerade renoviert und ist gänzlich zugestrichelt. Im Untergeschoß gibt es mehrere Nischen in denen die Altäre aufgebaut sind. Im riesengroßen Außengelände steht noch die Bühne welche für Papst Johannes Paul II bei seinem Besuch errichtet wurde.

Tag 4 – 4. Juli:



Wir begeben uns in der Früh wieder auf den Heimweg in Richtung Riga. Unterwegs hält unser Bus beim „**Agriculture Science Center of Latgale**“, das Versuchsanbauten mit Lein und Faserhanf macht. 98 verschiedene Leinsorten der Sammlung wurden zur Sichtung angesät, sowohl zur Öl als auch zur Faserproduktion. 1992 wurde in den Weltgenbanken intensiv nach Leinsamen gesucht, speziell solche die vor 1940 aus Lettland (da damals unabhängig) kamen, z.B. in St. Petersburg, Gatersleben, in nordischen Genbanken. Diese alten

Sorten dienen heute auch der Anzucht neuer Sorten. Nach der Sichtung gehen wieder Samen an die lettische Samenbank zurück. Während der russischen Zeit waren lettische Sorten nicht erlaubt, es wurden nur russische Sorten angesät. Jetzt gibt es eine finanzielle Unterstützung für den Anbau von lettischen Sorten. Die Chefin der Forschungsstation, die uns durch die Kulturen führt, arbeitet seit 48 Jahren in der Landwirtschaft und hat die Zeit während der Besetzung durch die Sowjets mitbekommen. Sie erzählt uns wie es damals war und wie es heute ist. Es gibt in Lettland noch drei Firmen die Flachs verarbeiten.

Neben dem Lein werden auch 34 lokale Hanfsorten versucht und probiert. Ziel sind gute Standfestigkeit, Krankheitsresistenz und die Züchtung neuer Sorten. 2013 wird eine neue Fabrik zur Hanfverarbeitung eröffnet.

Jede Sorte wird auf Öl, Faser und Samenertrag getestet und analysiert. Eine Sorte zeigt einen sehr hohen Samenertrag: 1,73 t/ha. Ergebnisse können auf der Homepage der lettischen Genbank eingesehen werden, allerdings in lettischer Sprache.

Dass auch der Hanf in Lettland wieder angebaut wird erfahren wir auch bei unserer letzten Station, dem **Hof Sidrabi in Koknese**. Hier werden Hanfmilch und Hanfbutter hergestellt und vermarktet. In einem guten Jahr wachsen die Pflanzen 2 m hoch, in anderen Jahren nur 1 m, dies hat jedoch keinen Einfluss auf die Samenmenge. Bis Juli wächst er kaum, später noch heftig. Die Hofsorte von Ineta Sproge, der Farmleiterin, ist sehr THC-arm. Bei der traditionellen Zubereitung der Hanfbutter werden die Samen geröstet, damit sich die Schalen besser lösen. Wir erhalten Hanfmilch wahlweise roh oder mit Banane verfeinert. Die Hanfbutter sieht schwarz aus man könnte meinen, dass es geriebener Mohn ist.

Dann geht die Fahrt weiter zurück nach Riga, wieder ins City Hotel Teater. Ein Stadtbummel und Abendessen in einem feinen Restaurant runden die ganze Reise ab.

Ganz fitte begeben sich am Morgen noch auf den Zentralmarkt mit Fisch-, Fleisch-, und Käsehalle. Gemüse, Obst, Pilze und Kräuter werden im Freien an Ständen verkauft, überwiegend der Saison und der Region entsprechend. Wir erstein frisch gesammelte Walderdbeeren, Heidelbeeren und Kirschen. Auf einem Marktstand waren die Gurken so wunderschön aufgeschichtet, dass ich ein Foto machen wollte. Was mir allerdings von der Dame hinter dem Stand vehement (ängstlich?, kein Wunder bei dieser Geschichte Lettlands) verwehrt wurde.

Fazit:

Abschließend möchten wir uns beim lettischen Organisations- und Übersetzungsteam Janis Vaivars und Guntra Aistara ganz herzlich für das gut ausgewählte Programm und die eindrucksvollen

Begegnungen mit den Menschen in Lettland bedanken. Obwohl sich die besuchten Betriebe in Lettland nicht so intensiv mit Saatgutvermehrung beschäftigen, wie wir das bei ARCHE NOAH machen, haben wir bei den Betriebsbesichtigungen viel gelernt, das wir auch bei uns in Österreich auf unseren Höfen und in unseren Schaugärten anwenden können. Die Bauern, die wir auf unserer Tour kennen gelernt haben vermitteln ihr Wissen auf eine ganz spezielle Art und Weise, von der wir gerne etwas abschauen. Sie verknüpfen die Vermittlung von Fachwissen mit einer guten Portion Unterhaltungswert und aktiver Einbindung der Besucher und Besucherinnen in ihr Tun. Wir durften einiges über die Entwicklungen in der Biolandwirtschaft Lettlands lernen und haben erfahren, was sich in einem Land, von dem man bei uns in Österreich nicht oft hört, im landwirtschaftlichen Bereich tut.

Was uns auch aufgefallen ist: auf allen Höfen wurden wir von starken, selbstsicheren Frauen begrüßt und am Hof geführt. Die Männer waren immer sehr im Hintergrund. Ob das überall so in Lettland ist haben wir nicht herausgefunden.