

**Wetter aktuell:**  
bewölkt, 7 °C

## Reise

### Tolle Knolle

#### Im Fläming ist die Kartoffel Grundlage für Peelings und andere Wellness-Produkte

Ulrike Wiebrecht

Ayurveda und Lomi Lomi haben Konkurrenz bekommen. Nachdem Massagen aus aller Herren Länder Einzug in die Wellnessstempel gehalten haben, entdeckt man nun das Wohlfühlpotenzial von Früchten, Pflanzen und anderen Ressourcen aus der Region. Lesen Sie mehr in unserer Serie: Hautnah - Wellness mit Trauben & Co.

Mancher mag über die vielen Kartoffeläcker in Brandenburg die Nase rümpfen. Doch hätte Friedrich der Große 1756 angesichts der großen Hungersnöte nicht den sogenannten Kartoffelbefehl erlassen, wer weiß, was aus Preußen geworden wäre! "Wo nur ein leerer Platz zu finden ist, soll die Kartoffel angebaut werden", erging seinerzeit die Order. Daraufhin verteilten die Rathäuser Saatgut an die Bauern, während Ratsdiener Anbau und Ernte überwachten, da die misstrauischen Landwirte von den neuartigen Knollen mit den giftigen Früchten zunächst nichts wissen wollten. Heute knüpft sogar die Unesco an den Kartoffelbefehl des Alten Fritz an. Um die Unterernährung in der Dritten Welt zu bekämpfen und die Sortenvielfalt zu schützen, hat sie 2008 das Jahr der Kartoffel ausgerufen.

Oft genug gelten die Erdäpfel als billige Sättigungsbeilage, inzwischen wurden sie von Meisterköchen aber auch als vielseitig einzusetzendes Gemüse entdeckt. Vor allem im Fläming wetteifern Landgasthöfe und Gourmetrestaurants um die originellsten Kreationen, servieren von Kartoffel-Gugelhupf über Kartoffel-Rosenschaum bis hin zu raffinierten Gratins und laden seit einigen Jahren zur kulinarischen Kartoffeltour durch die Region südwestlich von Berlin ein.

Doch kommen die Knollen nicht nur auf den Teller. Neuerdings landen sie im Fläming auch in Peelings, Packungen und Massageölen. "Die Kartoffelstärke wirkt wunderbar emulgierend, deshalb eignet sie sich ideal als Grundlage für diverse Wellness-Produkte", erklärt Kosmetikerin Ute Ebell. Seit einiger Zeit behandelt sie ihre Kunden nicht mehr nur mit hochwertigen französischen Pasten, sondern auch vermehrt mit Erzeugnissen aus der Knolle. Dass die Kartoffel in ihrem Studio zum Einsatz kommt, ist aber noch zwei anderen Fläming-Frauen zu verdanken: Zum einen der experimentierfreudigen Biologin Dr. Andrea Pahmeier, die Spezialistin für angewandte Zellkulturen und regenerative Medizin ist. In ihrer Zossener Firma ticoché hat sie schon viele natürliche Pflegeprodukte aus regionalen Rohstoffen entwickelt, die frei von Konservierungsstoffen oder Emulgatoren sind. Mal arbeitet sie mit Ginseng und Sanddorn aus dem Fläming, mal mit Ziegenmolke aus dem Oderbruch, mal mit Kürbiskernöl aus dem Havelland. Und eben mit Kartoffeln, die quasi vor der Haustür wachsen und günstig zu haben sind. Wobei die Erdäpfel allein natürlich nicht ausreichen. Vielmehr bildet die Kartoffelstärke die Grundlage für weitere Wirkstoffe wie zum Beispiel Chitosan, das die Zellteilung anregt und somit regenerierend wirkt.

Wie sich das anfühlt, kann man im Rahmen eines Wochenendes unter dem Motto "Tolle Knolle" erfahren, das Cornelia Paschedag, die dritte Frau im Bund der Fläming-Frauen, im

Naturpark Nuthe-Urstromtal anbietet. Ihr Landhof in der 150-Seelen-Gemeinde Gottsdorf nordwestlich von Luckenwalde ist mit dem Torhaus-Café nicht nur geselliger Treffpunkt im ländlichen Fläming. Hier befindet sich auch das Zentrum des Fläming Walk mit seinem 150 Kilometer umfassenden Streckennetz. Zumindest sechs Kilometer sollte man schaffen, wenn man in Sachen Kartoffel-Wellness unterwegs ist. Dann ist man reif für die Behandlung im benachbarten Kemnitz, die im Studio der Kosmetikerin Ute Ebell stattfindet, bis der Landhof Gottsdorf seinen eigenen Wellness-Bereich hat.

Als erstes schickt sie ihre Gäste in die Sauna. "Das öffnet die Poren und bereitet den Körper auf die Anwendungen vor", erklärt sie. Dann reibt sie die Haut mit einer Peeling-Paste aus Kartoffelmehl, Salzen und Lavendelextrakten ein. Die fühlt sich keineswegs mehlig-sanft an, vielmehr verursachen die Salze ein leichtes Brennen und Prickeln. Ist die Haut schon leicht gerötet, wird sie durch die folgende Packung richtig feuerrot und lässt einen aussehen wie Indianer mit Kriegsbemalung. Doch keine Angst: Die intensive Farbe ist nur der Heilerde geschuldet, die dem Kartoffelmehl nebst Rosenextrakten beigemischt wird. Und sie verschwindet ebenso wie alle kriegerischen Gedanken auch gleich in warmen Tüchern. Denn zum Einwirken wird man rundum eingewickelt und ruht etwa eine halbe Stunde bei sanfter Musik auf der beheizten Liege. Ist man schon fast eingeschlummert, holt einen schließlich eine Ganzkörpermassage wieder in die Wirklichkeit zurück. Auch hier haben sich Kartoffelextrakte in das Öl gemischt, doch beim Duft geben wiederum Rosenblüten den Ausschlag. Da könnte die Knolle fast in Vergessenheit geraten, würde sie sich nicht bald darauf wieder als herzhafter Puffer zusammen mit Lachs und einem Glas guten Weißweins in Erinnerung bringen. Ob der Alte Fritz wohl geahnt hat, welche Langzeitwirkung sein Kartoffelbefehls haben würde?

-----

## Service

**Wellness:** Das Drei-Tageprogramm "Tolle Knolle" für 374,50 Euro auf dem Vital Landhof Gottsdorf, Tel. 033732/400 02, beinhaltet zwei Übernachtungen mit Frühstück, Mittag- und Abendessen rund um die Kartoffel, einen Nordic-Walking-Schnupperkurs sowie Wellnessbehandlungen.

**Kulinarik:** Die brandenburgischen Landgasthöfe laden das ganze Jahr über zur "Kulinarischen Kartoffeltour" durch den Fläming ein. Infos unter Tel.: 033204/62 87 62.

**Unikat:** Die erste Kartoffelsauna Europas befindet sich nicht im Fläming, sondern im "Saunahof" in Bad Füssing. Nach Kartoffelpeelings und -aufgüssen werden dort im Kartoffeldämpfer gegarte Erdäpfel verspeist.

## Mehr Infos:

[www.flaeming-tourismus.de](http://www.flaeming-tourismus.de)

[www.landhof-gottsdorf.de](http://www.landhof-gottsdorf.de)

[www.casa-kemnitz.de](http://www.casa-kemnitz.de)