

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 64 (2007)
Heft: 9: Malven : Heilkraft in Rosarot ; Zutiefst erschöpft : Burnout

Artikel: Schönheit aus Traube und Fass
Autor: Ganz, Magda
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-554601>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 29.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Schönheit aus Traube und Fass

Biochemiker haben dem Traubenkern sein Geheimnis entlockt. Sie bestätigen, was die alten Römer wussten: in vite vita est, in der Traube ist Leben. Kosmetik und Wellness haben die Frucht in der «Vinothérapie» für sich entdeckt.

Was bei der Weinherstellung nach der Gärung übrig bleibt, sind Haut und Kerne. Der matschige Trester wird auf der Müllhalde entsorgt oder als Dünger im Rebgarten verstreut.

Im Labor stellten Biochemiker jedoch fest, dass das Öl aus den Traubenkernen (als einziges Öl) eine beträchtliche Menge an Procyanidin enthält. Das ist jenes Antioxidans, das als stärkstes «Bollwerk» gegen die freien Radikale bekannt geworden ist. Freie Radikale sind aggressive Molekülteile. Sie sind schuld daran, wenn die Butter ranzig wird oder sich der Wein ziegelrot verfärbt. Sie greifen auch in unserem Körper die Zellen an und können Schäden hervorrufen.

Wegen des hohen Anteils an Procyanidin

ist Traubenkernöl auch ein hervorragendes Mittel für die Kosmetik. Die Antioxidantien bewahren auch die Lipidstoffe unserer Haut vor dem Zerfall. Zudem senkt Procyanidin den Blutdruck und stabilisiert den Kreislauf.

Delikates Öl

Im Weingut Adrian Mathier in Salgesch erfährt man mehr über die Verwertung der Traubenkerne.

Der Trester wird separiert, die Kerne getrocknet und kalt gepresst. Das Öl aus den Kernen ist gelblich-grün und schmeckt delikats nach Trauben und Nüssen. Aus 15 Kilogramm Kernen, was 2000 Kilo Trauben entspricht, lässt sich ein Liter Öl gewinnen.

Natur pur ist auch im Kosmetik- und Wellnessbereich im Trend. Hauptdarsteller ist dieses Mal die Traube samt Kernen.



Der Presskuchen enthält noch immer 50 Prozent Öl. Er wird in der Mühle zu einem hochwertigen Mehl verarbeitet, das z.B. beim Brotbacken Verwendung findet. Wer es ausprobieren möchte: Empfohlen werden etwa 50 Gramm Traubenkernmehl (drei gehäufte Esslöffel) auf ein Kilogramm «normales» Mehl. Traubenkernöl und -mehl sind eine Wohltat für den gestressten Organismus.

Die ganzheitliche Gutedelkur

Auf persönlicher Erfahrung beruht die Therapie der Kosmetikfachfrau und Physiotherapeutin Marija Maretic in Badenweiler. Auf einem Bauernhof in Kroatien aufgewachsen, half sie als Kind beim Traubenstampfen und stellte fest, dass die Füßchen weich, zart und glatt wurden. Jahre später, sie war bereits berufstätig, litt sie an einem hartnäckigen Ausschlag an beiden Händen. Der Dermatologe war ratlos. Im Herbst half sie beim Traubenlesen und stellte fest: Die strapazierte Haut wurde geschmeidiger, die Risse verheilten. Das war die Sternstunde der temperamentvollen Marija. Gutedel heisst die Hauptrebsorte im Markgräflerland, in der Schweiz als Chasselas bekannt. Der Markgraf von Baden hatte sie am Genfersee entdeckt und eingeführt.

Gut, edel und vertrauenswürdig

Marija verwendet die Gutedelprodukte im tiefgefrorenen Zustand. Das frisch gepresste Konzentrat regt den Stoffwechsel an, die Haut wird gut durchblutet und kann sich regenerieren. Für ihre ausgeklügelte patentierte Methode verwendet Marija auch Traubenkernöl und -mehl sowie Maische und Wein. Die Anwendungen sind aufwändig, da nicht mit fixfertigen Produkten gearbeitet wird. Ob beim Peeling, der Gesichtsmaske, der Körperpackung oder der Synchron-Massage, immer spielen die viel-



Schönheit aus der Gutedeltraube: Marija Maretic macht's vor.

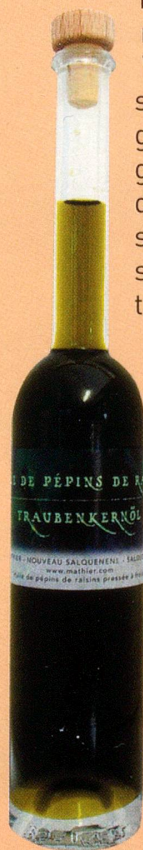
Traubenkernöl

enthält zu etwa 90 Prozent ein- oder mehrfach ungesättigte (Omega-)Fettsäuren. Den grössten Anteil davon stellt mit circa 70 Prozent die zweifach ungesättigte Linolsäure. Es ist reich an Vitamin E (ca. 70 mg pro 100 ml) und Procyanidin.

Wie jedes Öl kann Traubenkernöl auf unterschiedliche Art hergestellt werden: heiss gepresst bzw. chemisch extrahiert oder kalt gepresst. Nur das kalt gepresste Öl enthält die wertvollen Inhaltsstoffe, hat eine hellgrün schillernde Farbe und den nussigen Geschmack, ist aber auch vier- bis fünfmal so teuer wie das heiss gepresste.

Traubenkernöl ist gut für die Haut. In England ist es das klassische Massageöl, wie bei uns das Mandelöl. Es kann hilfreich bei unreiner und fettiger Haut sowie Cellulite sein und macht die Haut (z.B. auch im Badewasser) weich und geschmeidig. Auch in der Küche macht sich Traubenkernöl gut. Es trägt z.B. in Salaten, Gemüse, Marinaden und Dipsaucen, mit Käse oder sogar im Müesli zu einer feinen Note bei.

Unabhängig von der Herstellungsart ist Traubenkernöl das Speiseöl mit dem höchsten Rauchpunkt (über 190 °C), also sehr hoch erhitzbar und daher auch zum Braten sehr gut geeignet.





versprechenden Inhaltsstoffe der Gut-
edeltraube die Hauptrolle.

Während man unter der Warmluftlampe
schlummert, eingehüllt in Alufolie und
Heizdecke, können die Essenzen und
Fruchtsäuren wirken, die Haut wird ge-
strafft, erscheint später jugendlich und
frisch. Öl, Wein und Honig, der feine Duft
der sonnengereiften Trauben und das
Gefühl, mit der Natur verbunden zu sein,
tragen zum Erfolg dieser sympathischen
Methode bei.

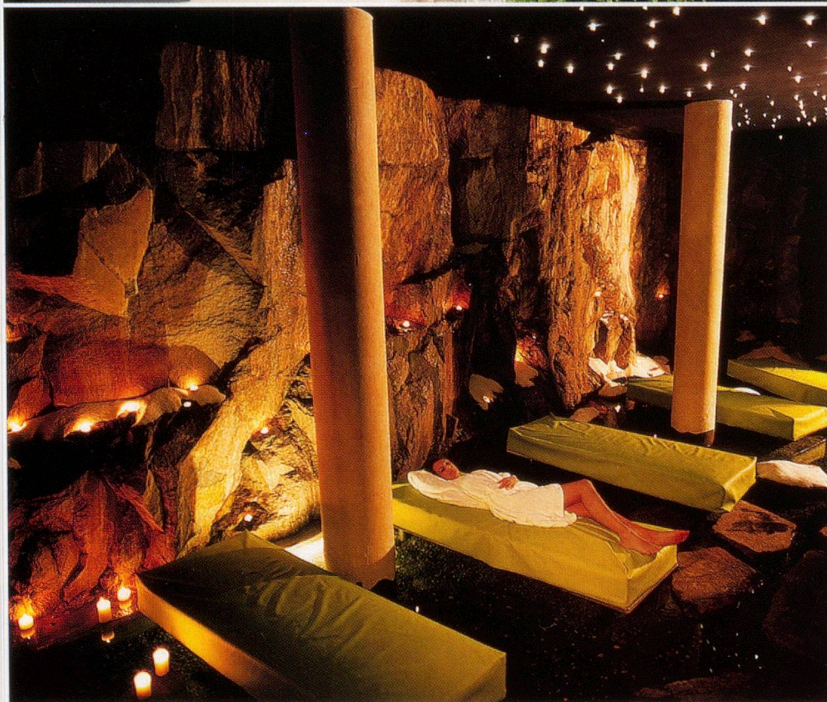
Marija vermietet in ihrer Villa sonnige
Gästezimmer. Der «Bademantel-Urlaub»
beginnt mit einem köstlichen Frühstück,
der Tag wird nur durch die gewünschten
Anwendungen unterbrochen. Einen Spa-
zierung durch den Kurpark von Baden-
weiler und einen Besuch der Cassiopeia-
Thermen sollte man jedoch unbedingt
einplanen. Zu zweit möchte man eher im
Hotel wohnen. Wenige Schritte von Mari-
jas Kosmetik-Oase entfernt befindet sich
das Hotel Anna mit gepflegter Küche und
Hallenbad.

«Weinbadl», ein sanftes Ritual in Tirol

Als bestes Wellnesshotel Europas wurde
2006 das Romantik-Hotel Turm in Völs
am Schlern, östlich von Bozen, vom Rei-
seführer «Condé Nast Johansens» ausge-
wählt. Der Bau der Wellnesanlage und
die Erneuerung des Hauses 2001 waren
ein Spagat: Zeitgemässes Flair und ele-
gantes Design sollten mit der histori-
schen Substanz in Einklang gebracht
werden. Das Resultat überzeugt.

Der Wellnessbereich ist in den gewach-
senen Fels hineingebaut. Zweihundert
Kerzen brennen und spiegeln sich im
Stein. Zinnenbewehrte, terrassierte Gär-
ten mit Schwimmbad laden zur Erholung
ein, Rosen wachsen unter Palmen, der
Garten steht im Dialog mit der imposan-
ten Felskulisse des Schlern.

Das kulinarische Angebot ist so raffiniert
wie der Chef Stefan eigenwillig. Was Ste-



Ob idyllische Villa in Badenweiler oder elegantes Ambiente in Tirol –
auch das «Drumherum» bei der Vinotherapie stimmt heiter.



fan Pramstrahler anpackt, wird ihm zur Passion, ob er nun baut, kocht, einen Falken abrichtet oder mit seiner Araberstute am «Oswald von Wolkenstein-Ritt» teilnimmt. Er hat das ritterliche Turnier mehrmals gewonnen.

Ungezwungen und authentisch

Auf Trauben, Äpfeln, Almheu und Latschenkiefer beruht das Wellnessangebot. Alles bodenständige Produkte aus dem Südtirol, betont Kathy Pramstrahler. Im «Weinbadl» sind die Wände weinrot gestrichen, antike Säulen angedeutet. Im Mörser sind schon Traubenkernöl, Heilerde und Trester fürs Peeling vorbereitet. Auf dem «heissen Stein» wirken die aufgetragenen Substanzen entschlackend, regen die Zellerneuerung an und verfeinern das Hautbild. Die Wirkung wird mit einer Gesichtsmassage vollendet.

Ins entspannende Weinbad bringt die Kosmetikerin uns sogar ein Glas «Riserva Lagrein dunkel», einen Wein von fast schwarzer Farbe aus der Abtei Muri Gries. Aus dem wohltuenden Bad entlassen, darf man in der Salzgrotte mit hochge-

sättigter Sole die Rückkehr in die taghelte Wirklichkeit noch etwas hinauszögern. In der Traube ist Leben: Diese alte Weisheit im Wellnessbereich zu ergründen, kann ich nur empfehlen.

• Magda Ganz

Wellness unter Palmen in den Tiroler Alpen.

Wer 's ausprobieren will ...

In diesem Walliser Weinhaus sind Traubenkernöl und Traubenkernmehl erhältlich:

Adrian Mathier Nouveau Salquenen
Bahnhofstr. 50, CH-3970 Salgesch
Tel. (0041) (0)27 455 75 75

Badenweiler ist etwa 40 Autominuten von Basel entfernt. Der Kurort liegt zwischen Wald und Rebbergen, für Wanderer ideal. Schönheitspflege mit Gutedel-Kosmetik bietet:

Beauty Center Marija Maretic
Oberer Kirchweg 11, DE-79410 Badenweiler
Tel. (0049) (0)7632 81 080

Völs am Schlern liegt am Südhang des Eisacktals. Von der Schweiz aus kann man durch die Obstgärten des Vinschgaus nach Bozen fahren.

Romantik Hotel Turm, IT-39050 Völs am Schlern (BZ)
Tel. 0039 0471 72 50 14
E-Mail: info@hotelturm.it