



Für Elsbeth Mettler ist die Arbeit in ihrer «Chrüterei» in Stein ein Privileg.

Elsbeth Mettler ist seit zwei Jahren ihre eigene Chefin

## Heilkräuter sind jetzt ihr Business

**Auf 800 Metern über Meer baut Elsbeth Mettler Heilpflanzen an. Die erfahrene Bäuerin hat hoch über Stein in Appenzell Ausserrhoden als Unternehmerin eine neue Aufgabe gefunden. Einige ihrer Kräuter verkauft sie, andere verarbeitet die Heilpflanzenfachfrau zu Tinkturen und kulinarischen Leckereien.**

*Text und Bild: Daniela Huijser*

Vereinzelt fliegen Hummeln um die Blüten der vielen Kräuter. Für Bienen und Schmetterlinge ist es noch zu kühl und feucht an diesem nebligen Junimorgen. Sobald die Sonne scheint, werde es hier oben, hoch über Stein, von Insekten nur

so wimmeln, sagt Elsbeth Mettler. «Gestern sah ich auf unserem Polsterthymian 20 Schmetterlinge», erzählt die Gründerin der Chrüterei Stein voller Freude während des Rundgangs durch den Heilkräutergarten vor dem Haus. Im Hintergrund sind trotz des Nebels jene Felder auszumachen, auf denen Elsbeth Mettler und ihre Mitarbeiterin Sonja Broger Kräuter und vieles mehr in grossem Stil anbauen. Auf 40 Aren gedeihen hier, auf 800 Metern über Meer, unter anderem Goldmelisse, Lavendel, Thymian, Pfefferminze, Schafgarben, Frauenmänteli, Zitronenthymian, Erdbeeren und verschiedene Gemüsesorten. Auffallend dabei: Erde ist kaum zu sehen, alle Zwischenräume sind dicht mit Chinaschilf abgedeckt.

Das Mulchmaterial passt zu Elsbeth Mettlers Plan, auf ihrem Land vermehrt nach Permakulturregeln zu wirtschaften. «Chinaschilf durchlüftet den Boden», erklärt die

---

**«Chinaschilf durchlüftet den Boden, so wird der lehmige, schwere Boden optimiert.»**

Elsbeth Mettler

---

55-Jährige. «So wird unser ursprünglich lehmiger, schwerer Boden optimiert. Innert den vergangenen zwei Jahren haben wir hier eine bessere Qualität mit mehr Mikroorganismen festgestellt. Und zudem mögen die Schnecken das Chinaschilf nicht.»

Während Elsbeth Mettler von ihren Pflanzen, ihrem Land und ihrer Arbeit erzählt, leuchten ihre Augen. Die Frau, die als Bauerntochter im Ausserrhodischen aufgewachsen ist und später mit ihrem Mann in Urnäsch einen Bio-Weidebeef-Betrieb mit Gastronomie führte, hat mit der Chrüterei Stein eine neue Lebensaufgabe gefunden.

### Neue Aufgabe gefunden

Zwei Jahre ist es her, seit Elsbeth Mettler die Chrüterei Stein eröffnete. Das Projekt nahm schon während einigen Jahren in ihrem Kopf Gestalt an. «Ich wusste, wann unser Sohn den Betrieb übernehmen wollte. Also suchte ich nach einer neuen Aufgabe für mich.» Familie Mettler besass zwei Hektaren Land mit einem alten Appenzeller Bauernhaus auf der Anhöhe bei Stein. Darauf fokussierte sich Elsbeth Mettler. «Ich wollte eine Art Zentrum für Wissensvermittlung und Biodiversität schaffen, wo ich selbstständig arbeiten kann.» Sie machte eine Ausbildung zur Heilpflanzenfachfrau im Brunnenmatthof im Luzernischen und begann mit der Planung für die Chrüterei Stein. Die Liegenschaft war in schlechtem



Die Goldmelisse ist eines der zahlreichen Heilkräuter, die Elsbeth Mettler anbaut.

Zustand und musste totalsaniert werden. Selbstvertrauen und ihre ruhige, sachbezogene Art halfen ihr, diese Herausforderung zu meistern. Doch die nächste liess nicht lange auf sich warten. «Unsere Eröffnung fiel auf den Ausbruch der Coronapandemie, also keine gute Zeit für die Kurse und Events, die ich veranstalten und durchführen wollte.»

### Tüfteln mit Tinkturen

Die Pflanzen aber wuchsen, die Kräuter wollten gerettet werden.

Jener Teil von Elsbeth Mettlers Geschäft nahm seinen Lauf. Gemeinsam mit Sonja Broger sowie der zeitweisen Mitarbeiterin Alexandra Köffer – und der Unterstützung der Töchter Rahel und Sandra Mettler – verarbeitete sie die angebauten Kräuter. Ein Teil der getrockneten Kräuter ging an die Goba, an verschiedene Läden und weitere Kunden. Mit dem anderen Teil tüftelte Elsbeth Mettler an verschiedenen Teemischungen, Kräutersalzen und zum Beispiel verschiedensten Produkten aus Goldmelissen.

Und dann sind da ja noch die wohltuenden Produkte der Chrüterei Stein. Elsbeth Mettler produziert Tinkturen und anderes mehr, zum Beispiel Oxymel. «Oxymel war schon für Hildegard von Bingen ein wertvolles Heilmittel», sagt die Heilpflanzenfachfrau. «In der Naturheilkunde therapiert das süsse Breitbandmittel auf der Basis von Honig und Essig effektiv Beschwerden wie Husten, Fieber oder Halsschmerzen.» Sie ist überzeugt davon, dass drei Bereiche zum allgemeinen Wohlbefinden beitragen: «Die Schulmedizin, die Phytotherapie, also Therapie mit Pflanzen und Kräutern, und das Feinstoffliche, zum Beispiel das Spirituelle.»



Letzteres bezieht sie nicht auf etwas Religiöses. «Ich beobachte immer wieder Besucher in meinem Garten, die zu einer Pflanze hingehen – und im Gespräch stellt sich dann heraus, dass ihnen genau diese Pflanze guttun kann.»

Solche Erlebnisse bestärken Elsbeth Mettler darin, sich noch intensiver mit dem Mischen von Tinkturen zu befassen, zum Beispiel auch für Kinder. «Gewöhnlich war es bis jetzt so, dass ich die Person, für die ich eine Mischung herstelle, gut kenne. Deshalb erhalte ich jeweils auch ein wertvolles Feedback über die Wirkung.»



Auf dem Lavendelfeld wachsen über 13 000 Pflanzen.

Bild: zVg.

### Arbeiten und geniessen

Aber bei aller Begeisterung für die Kräuterverarbeitung: Elsbeth Mettler liebt gerade jetzt im Sommer die Stunden draussen im Feld. Gemeinsam mit Sonja Broger verbringt sie viel Zeit bei den Pflanzen, pflegt, schützt und erntet sie und plant für die nächste Saison. Die meisten Setzlinge bezieht sie von der Biogärtnerei Neubauer in Erlen. Seit Neuestem befasst sie sich auch mit Effektiven Mikroorganismen (EM). «Wenn ich Zeit habe, will ich eine Weiterbildung

dazu besuchen.» Vorläufig holt sie ihr Wissen aber punktuell aus Büchern und dem Internet. Denn Elsbeth Mettler schätzt rund um ihre Chrüterei Stein nicht nur die Arbeit. «Ich nehme mir auch ganz bewusst Zeit, all dies auch zu geniessen.»

Man könnte denken, dass die initiative Geschäftsfrau ihr Unternehmen nie verlässt. Doch dieser Eindruck täuscht. Auch Ferien sind möglich. «Sonja Broger und meine Töchter Sandra und Rahel können den Betrieb auch gut alleine füh-

ren. Letztes Jahr war ich zum Beispiel das erste Mal am Meer – mit meinem Partner.» Mit ihm teilt sie auch die Leidenschaft fürs Gestalterische. Er betreibe ein Planungsbüro und unterstütze sie bei der Arbeit, so weit es ihm möglich sei.

### Privilegiertes Arbeiten

Abgesehen von der Handarbeit befasst sich Elsbeth Mettler auch mit dem wirtschaftlichen Teil ihrer Firma. Sie verlässt sich also nicht darauf, dass Grosskunden ihre Pflanzen und ihr Gemüse kaufen, sondern überlegt, was sie wie verarbeiten und selber verkaufen kann. Und sie begeistert regionale Unternehmen für die Chrüterei-Stein-Produkte und kommt so zu Aufträgen für Geschenkpackungen. Elsbeth Mettler schätzt alle Aspekte ihres Betriebs, die vielen Stunden jäten und setzen wie auch die Zeit am Schreibtisch. «Führungen durch die Chrüterei oder die verschiedenen Kurse machen mir besonders viel Freude. Für mich ist es ein riesenprivileg, so arbeiten zu können. Ein Unternehmen völlig neu aufzubauen ist zeitweise eine grosse Herausforderung. Es ist aber mein Naturell, dass ich immer das Positive sehe», sagt sie schmunzelnd.



In Sonja Broger hat Elsbeth Mettler (links) eine wertvolle Mitarbeiterin gefunden.