



Lechtaler
Naturwerkstatt

SIMONE KNITEL

MIT LIEBE & SORGFALT

NATURPRODUKTE
aus dem Lechtal

Inhalte



Lechtaler Kräuter	S. 03
Mein Kräuterweg	S. 05
Wo Sie mich finden	S. 07
Teesorten	S. 09
Salze	S. 11
Gewürzöle & Essig	S. 13
Meine Ausbildungen	S. 15
Zucker & Sirup	S. 16
Fruchtgenuss	S. 18
Bienenprodukte	S. 21

Räucherware & Rauchwerk	S. 22
Seifen & Badesalze	S. 25
Ätherische Öle	S. 26
Zirbenprodukte	S. 27
Bücher & Karten	S. 28
Lechtal Souvenir	S. 30
Kreatives & DIY	S. 31
Kinderkrebshilfe	S. 32
Nachhaltigkeit	S. 35



Lechtaler Kräuter



So unverwechselbar wie das Lechtal sind auch meine Kräuterprodukte.

Die Kräuter, die ich anbaue und sammle, werden von Hand ausgewählt, behutsam getrocknet und mit viel Liebe weiterverarbeitet. Ob klassisches Kräutersalz, besondere Teemischungen, aromatischer Essig und feines Öl, fruchtige Kräutermarmeladen, Kräutrzucker oder erfrischende

Sirupe – auf viele Arten lässt sich der Geschmack des Lechtals entdecken.

Tauchen Sie ein in die Welt der duftenden Kräuter, genießen Sie ihre feinen Aromen und lassen sich von meinen einzigartigen Produkten verzaubern.

Mehr über Kräuter finden Sie auf meinem Blog:

www.naturhandwerk.store

„AM UFER DES LECHS“

Unsere Naturparkedition

Diese Produktlinie widmet sich speziell dem Naturpark Tiroler Lech.



2009 - 21 Heilpflanzen

bei Josef Wildanger - Lechmed

2009 - Verwendung von Gartenkräutern

Landwirtschaftliche Lehranstalt Imst

2010 - Wellness- und Bienenprodukte

Landwirtschaftliche Lehranstalt Imst

2010/2011 - Kräuterpädagogik

LFI und Regionalentwicklung Ausserfern

2011 - Bergwanderführer

Tiroler Bergsportverein

2011 - Naturführer

Natopia Innsbruck

2012 - Naturpädagogisches Seminar

Natopia Innsbruck

2021 - 2025 - Naturparkranger

Naturpark Tiroler Lech
(ab 2025 ehrenamtlich)



Mehr zu meinen
Wanderungen auf
Seite 14 und 15.



Mein Kräuterweg

Ich wurde in der ehemaligen DDR geboren und kam 1990 – dank des „100-DM-Begrüßungsgeldes“ – zum ersten Mal nach Tirol. Dieser Urlaub veränderte mein Leben, denn schon bald zog es mich dauerhaft ins Lechtal, das bis heute meine Heimat ist.

Seit 2010 bin ich als Naturführerin im Naturpark Tiroler Lech tätig und absolvierte 2011 die Ausbildung zur Bergwanderführerin. 2013 machte ich mich selbstständig, und 2017 gründete ich gemeinsam mit Sigrid Juchtmans das Unternehmen Lechtaler Naturhandwerk. Seit 2021 arbeite ich außerdem als Rangerin im Naturpark.

Meine Leidenschaft gilt der Wissensvermittlung – ob bei Führungen, Workshops oder in der Bildungsarbeit mit Kindern und Erwachsenen.

Großbestellungen für Hotels, Pensionen & Gewerbe

Sie möchten größere Mengen bestellen?
Wir bieten attraktive Konditionen für
Hotels, Gastronomie, Shops, Events, Hoch-
zeiten, Give-Aways oder Merchandising –
nachhaltig und regional hergestellt.

Haben Sie eine individuelle Produktidee
für Ihr Unternehmen? Wir unterstützen
Sie gerne – von der Rezeptur bis hin zur
passenden Verpackung.



**Unsere Produkte
sind saisonal und
nur verfügbar,
solange der Vorrat
reicht!**

GESCHENK BOXEN

Themen:

- Wald
- Wiese
- Kraft
- Liebe
- Bergfeuer
- Wasser
- Frauenpower



Wo können Sie meine Produkte kaufen?

ONLINE

In meinem Onlineshop
finden Sie fast alle meine
Kräuter- und Kreativproduk-
te, natürlich immer nur so
lange der Vorrat reicht.
In meinem Blog erfahren
Sie immer das neuste aus der
aktuellen Kräutersaison,
Angebote und Spezials.

GESCHÄFT IN BACH



Unser Geschäft Lechtaler
Naturhandwerk in Bach 46
hat Montag bis Samstag
geöffnet (Do & So Ruhetag).
Hier finden Sie auch die
wunderschönen Produkte
von Sternchenlieb und Lech-
tal Souvenir.

MÄRKTE

Besuchen Sie mich auf einem der zahlreichen Märkte in der Region.
Ob Kreativmarkt in Holzgau oder der Tannbergmarkt in Lech -
alle Markttermine finden Sie online.



Unsere Teesorten



TEAcher Power, Basische Kräuter, Frauenpower,
Reine Männersache, Freches Früchtchen, Bergfeuer,
Blütenduft, Indianer, Lechtaler Gebirgskräuter,
Blümchen, Haustee, Nachtruhe

Einzelkräutertee:

Schafgarbe, Brennessel, Salbei, etc.

Naturparktee:

„Am Ufer des Lechs“

Alle Tees online entdecken:



REZEPT

Hals- und Hustentee:

- 1 Teil Lindenblüten
- 1 Teil Kamille
- 2 Teile Spitzwegerich
- 1 Teil Eibischblätter
- 1 Teil Malve
- 1 Teil Königskerze

2 gehäufte Esslöffel Tee-
mischung mit 1 Liter heißem
(nicht kochendem) Wasser
übergießen, zugedeckt
10 Minuten ziehen lassen.





G'schmackige Salze



Lechtaler Wildrose, Bärlauch, Pilz/Kräuter, Blüten,
Estragon, Vogelbeer, Kräuter, Liebstöckl

Aus der Mühle:

Fischgewürz, Steakgewürz, Gemüse,
Kräuter, Erdbeer

Naturparksalze „Am Ufer des Lechs“:

Wildkräuter, Brotzeit Mediterran,
Brotzeit Scharfmacher, Brotzeit Klassisch

Alle Salze online entdecken:





REZEPT

Unkraut Power Salz:

Giersch
Brennnessel
Löwenzahnblätter
Gundermann
Spitzwegerich
Bibernelleblätter
und/oder Kümmelblätter



Alle getrockneten Kräuter mit unjodiertem Salz zermahlen und im Backrohr bei 50 Grad trocknen lassen.



TIPP



Kräuter in Öl:

Ob Gartenkräuter oder Wildkräuter: viele Kräuter eignen sich für ein Kräuteröl. Wichtig ist, dass die verwendeten Kräuter frei von Nässe sind.



Gewürzöle

Zitrone/Thymian, gemischte Pilze,
Knoblauch/Rosmarin, Estragon,
Knoblauch/Chili, Nelkenwurz/Bärenklau

Naturparköl „Am Ufer des Lechs“:

Wildkräuter



Gewürzessig

Lavendel, Holunderblüte, Himbeere,
Brombeere, Bärlauch, Wildkräuter, Gartenkräuter

Naturparkessig „Am Ufer des Lechs“:

Himbeere/Balsamico





Alle Infos zu
**Workshops &
Wanderungen** finden
Sie in meinem Blog.
Individuelle
Wanderungen auf
Anfrage.



GEFÜHRTE WANDERUNGEN

- Kräuterwanderungen
- Kräuterwanderung mit Workshop
- Tierspurenwanderung (im Winter)



Wanderführerin & Kräuterpädagogin

Wandern, Sammeln und Verarbeiten

Ich liebe es, mein Wissen über Pflanzen bei Wanderungen und Workshops weiterzugeben – ihre Mythologie, Heilwirkung und Verwendung in der Küche machen sie so spannend. Freude bereitet mir das Sammeln von Kräutern in Gärten und auf Bergwiesen, sowie ihr Duft beim Verarbeiten zu Hause. Besonders schön ist es für mich, meine Produkte auf Märkten und in Geschäften zu präsentieren.

Dabei ist mir ein respektvoller Umgang mit der Natur wichtig: achtsames Sammeln, umweltfreundliche Verpackungen wie Recyclingpapier und wiederverwendbare Gläser, sowie nachhaltige Geschenkideen aus Holz.

Mehr dazu auf Seite 34.



Zucker

Erdbeere, Rose, Waldmeister,
Veilchen, Löwenzahn



Sirup

Waldmeister, Maiwipfel, Salbeiblüte,
Löwenzahn, Flieder, Spitzwegerich,
Holunderblüte/Orange, Zitrone, Rhabarber,
Brennnessel, Rotklee

Naturparksirup „Am Ufer des Lechs“:
Kräuter



SIMONES TIPP

Blütenzucker kann man nicht nur zum Süßen von Tee nehmen, auch zum Backen und Kochen. Probieren Sie doch einfach mal eine Zuckerglasur mit Blüten- oder Kräuterzucker.

REZEPT

Brennnesselsirup:

0,5 l starken Brennnesseltee mit
0,5 kg Zucker aufkochen,
1/2 TL Zitronensäure dazugeben,
heiß abfüllen.
Den Sirup 1:7 verdünnt genießen.





Fruchtgenuss



Erdbeere/Rhabarber/Zitronenverbene,
Apfelminze/Stachelbeere, Hagebutte,
schwarze Holunderblüte/Apfel,
Brennnessel/Erdbeere, Zwetschke, Bratapfel,
roter Holunder, Vogelbeere/Apfel

Fruchtgenuss online entdecken:



ANGEBOT
JE NACH
SAISON

SIMONES TIPP:

Ganz besonders sind
Fruchtaufstriche von
Wildfrüchten, wie die
Hagebutte, Berberitze,
Vogelbeere, Heidelbeere,
Walderdbeere, Himbeere
und viele mehr.

Das anstrengende
Sammeln lohnt
sich auf jeden Fall.





HONIG:

Es ist das wichtigste und bekannteste Produkt der Bienen, welches der Mensch sehr gern nutzt. Bienen erzeugen noch andere Produkte, wie Bienenwachs, Propolis und Blütenpollen.



Bienenprodukte



Lippenpflege Stift, Bienenwachstücher,
Tiroler Bienenwachskerzen,
Tiroler Bienenhonig,
Bienen-Pflegeprodukte, Propolis



Räucherware & Rauchwerk



Rainfarn, Johanniskraut, Estragon, Beifuß,
Tiroler Fichtenharz, Harmonie, Hausreinigung, Liebe,
Intuition, Belebung/Konzentration, Schutz/Selbstvertrauen

Rauchwerk:

„Die Ruhe selbst“
„Entspann dich“
„Erfrischend“

Räucherbox:

„Der Duft des Lechtals“

Räucherwaren online entdecken:



AUCH
ALS DO-IT-
YOURSELF
BOX



SIMONES TIPP

Wirkung von Räucherpulver:

Balsam für die Seele,
schützt vor Unheil,
wendet Böses ab
und vertreibt Böses.





TIPP

„Vorbeugen und damit sich und seiner Gesundheit etwas Gutes tun, kann man zum Beispiel mit wohltuenden Fußbädern aus Natursalzen, vermischt mit Kräutern“

Elfriede Huber



Seifen

Luxus Perlenseife, Luxus Seidenseife, Lavendel, Lechwegseife, Waldmeister, Verbene, Zahnseife, Shampoo, Arnica & Moor, Mohn & Kräuter, Bergkräuter, Sommerkräuter, Rose, Ringelblume, Salbei/Zitrone, Zirbenseife, Mandelmilch, Melisse/Wacholder, Latschenkiefer, Kaffee, Orange/Zimt, Schafmilch, Edelweiss, Schneerose



Badesalze

Zirbenduft, Nelke, Preiselbeere, Hagebutte, Rose, Minze, Lavendel





Ätherische Öle



Kräuterkissen, Zirbenkissen,
Lippenpflege-Stift,
Farfalla, Neumond

Öle online entdecken:



Zirbenprodukte



Zirbenlikör, Geschenkbox Zirbenduft,
Fußbadesalz Zirbenduft, Zirbenseife,
Ätherische Öle Zirbe, Geldbörse aus Zirbe,
Zirbenkissen, Zirben-Schalen, Zirben-Teelichter,
Zirben-Kugeln, Zirben-Blume,
Zirben-Edelweiß, Zirben-Herz,
Zirben-Tulpe

Zirbenprodukte online entdecken:



DÜFTE



Sie begleiten uns im
täglichen Leben, in der Aromatherapie, in Parfüms, Kosmetik,
Artikel zur Körperpflege und vieles mehr.
Düfte geben uns die Möglichkeit,
auf angenehme Weise Einfluss auf
unser Wohlbefinden und unsere
Gesundheit zu nehmen.

- 26 -



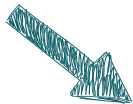
ZIRBE

Sie hat eine antibakterielle,
schleimlösende, desinfizierende
Wirkung, sie verbessert
den Schlaf und senkt
die Herzschlagfrequenz.



- 27 -





Bücher & Karten



Zahlreiche Bücher zu den Themen:
Natur, Kräuter, Wandern, Lechtal, Kochen,
Basteln, Räuchern, heimische Autoren

Individuelle Karten

Wildkräuterkalender



ZEITLOSER KALENDER

Ein immerwährender Kalender

„Wildkräuter in der Lechregion“
Die hier vorgestellten Pflanzen sind
in der Lechregion heimisch und
entlang des gesamten Fluss-
ufers weit verbreitet.

KOOPERATIONS-
PRODUKT MIT
LECHRAIN





Lechtal Souvenir



Schlüsselanhänger, Rucksack/Hutanstecker, Tee,
Notizblock, Keramiktassen, Magnete, Bleistifte, Buffs,
und vieles mehr ...

Mehr erfahren



Kreatives

Geschenkbboxen, Anhänger,
Glücksbringer für Rucksäcke,
Bilder aus Holz und Stein,
Blütenkarten, Holztaschen,
Schwemmholzideen,
und vieles mehr ...



Do it yourself (DIY)

Salbenbox,
Räucherbox



Zirbenprodukte online entdecken:



NACHHALTIG & HANDGEMACHT Souvenirs aus dem Lechtal

Eine Produktlinie vom
Lechtaler Naturhandwerk.



Handgemachte Souvenirs und
Give-Aways – gern auch in Ihrem
hauseigenen Design.

Gemeinsam für die Kinderkrebshilfe



Mit dem Verkauf selbstgebastelter
Dekorationsartikel unterstütze ich sehr gern
Hannelore Singer, die seit ca. 14 Jahren Spenden für
die **Kinderkrebshilfe Tirol** sammelt.

Jeden Winter organisieren wir eine Tombola
mit Markt. Der Erlös geht zur Gänze an die
Kinderkrebshilfe.



Mehr erfahren



HERZENS- PROJEKTE



Als diplomierte
Krankenschwester und
Mama von 3 Kindern ist
es mir ein Anliegen,
andere in schweren
Zeiten zu unterstützen.



VERPACKUNG

Wir legen großen Wert auf umweltfreundliche Verpackungen und verwenden, wo immer es möglich ist, Gläser statt Plastik. Für unseren Onlineshop nutzen wir Verpackungsmaterialien mehrfach, um Ressourcen zu schonen und Abfall zu vermeiden.

RECYCLING

Gläser und Flaschen unserer Produkte nehmen wir gerne zurück, reinigen sie sorgfältig und verwenden sie wieder. Auch unsere Flyer werden umweltbewusst auf Recyclingpapier gedruckt.

GESCHENKE

Unsere alternative Geschenkverpackung besteht aus Holz und wird liebevoll von **Promente** gefertigt. Ob Kräutersalze, Essig und Öl, Tees oder Räucherware – für viele Produkte haben wir das passende Holzkistl.



ENGAGEMENT

Jährlich veranstalten wir einen Weihnachtsmarkt zugunsten der Kinderkrebshilfe und verkaufen auch im Geschäft Produkte für diesen guten Zweck. Zudem biete ich Kräuterwanderungen und Workshops für Kinder an und bewirtschafte gemeinsam mit den Volksschülern in Holzgau den Schulgarten.



Nachhaltigkeit für den Naturpark Tiroler Lech

„Natur im Einklang“ bedeutet für mich, beim Kräutersammeln achtsam mit den Beständen umzugehen, Müll mitzunehmen und richtig zu entsorgen, sowie Rücksicht auf Tiere und ihren Lebensraum zu nehmen. Meine Begeisterung und Erfahrung gebe ich gerne an wissbegierige Menschen weiter.





Simone Knitel | A 6653 Bach 46
+43 699 127 09 532 | info@naturhandwerk.store

www.naturhandwerk.store



Impressum: Copyright 2025 Lechtaler Natur- und Kräuterwerkstatt - Simone Knitel
Grafik: kreatur.work; **Fotos:** bergagentur.com, Lechtal Tourismus, AdobeStock; **Druck:** Flyeralarm
Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.