

Der Schlaneiderhof – die Südtiroler Pension mit glutenfreier Verpflegung

Nach meiner Diagnose Zöliakie vor knapp 20 Jahren waren meine Sommerurlaube lange Zeit mit viel Stress verbunden! Damals war es schwierig, Hotels oder Pensionen zu finden, die glutenfreies Essen anbieten. Meine Familie und ich nutzten deshalb über viele Jahre Ferienwohnungen. So konnte ich glutenfreie Speisen selbst zubereiten und musste mir keine großen Gedanken machen. Die einzige Einschränkung: Wir fuhren immer mit einem mit glutenfreien Lebensmitteln vollgepackten Auto los. Von Brot und Brötchen über Nudeln, Reis und Soßen bis hin zu Keksen und salzigen Knabbersachen hatten wir ein umfangreiches glutenfreies Warensortiment dabei. So umständlich es war, das alles mitzunehmen und auch während des Urlaubs zu kochen, es störte mich nicht. Als viel schlimmer empfand ich es, mich immer erklären zu müssen, wenn wir mal den Anlauf starteten, auswärts zu essen. Und wurden dann alle Punkte bezüglich der glutenfreien Ernährung bzw. Zubereitung erläutert, so wartete ich doch mit einem mulmigen Gefühl darauf, ob das Essen auch wirklich glutenfrei war. Noch gut kann ich mich an ein Ereignis in einem Restaurant erinnern, als ich lediglich Salat bestellte und alles abgesprochen war, aber zur großen Überraschung gut drei Esslöffel Croutons auf dem Salat verteilt waren. Glutenfrei war die knusprige Beigabe natürlich nicht.

Beim Durchblättern des neuesten [DZG](#)-Magazins fiel mir die Anzeige einer Pension ins Auge, die glutenfreie Speisen anbot. Es handelte sich um den [Schlaneiderhof](#) im schönen Südtirol, der mit einem tollen Bild für ansprechende Möglichkeiten der glutenfreien Verpflegung warb. Kurz darauf buchte ich vier

Nächte für Anfang August 2015



Die Pension und das Abendessen

Das malerische Südtirol war mir durch viele tolle Urlaubstage in den vergangenen Jahren bereits vertraut, und so freute ich mich auf die wunderbare Landschaft. Ungewohnt war dieses Mal wirklich das Packen! Da wir ja diesmal in keiner Ferienwohnung untergebracht waren, blieb der Lebensmittelvorrat in unserem Auto erstaunlich gering. Sicherheitshalber hatte ich jedoch Cracker, abgepacktes Brot, Brezeln und Kekse dabei.

Angekommen im Schlaneiderhof, zwischen Bozen und Meran auf etwa 1.100 Meter Höhe, war ich wirklich extrem gespannt, was mich die nächsten Tage erwartete, gerade bezüglich der Verpflegung. Elisabeth, die freundliche Pensionschefin, empfing uns herzlich und zeigte uns unser Zimmer, das wie die gesamte Anlage sehr sauber und gepflegt war. Impressionen zum Schlaneiderhof seht ihr [HIER](#). Dann unterrichtete Elisabeth uns über die Frühstücks- und Abendessenszeiten. Das Abendessen gab es immer um 19 Uhr in Form eines Drei-Gänge-Menüs. Die Menüfolge erfuhr man bereits am Morgen und konnte so äußern, falls eine Speise oder Zutat aufgrund weiterer Allergien oder Unverträglichkeiten nicht in Frage kam oder falls man einen Gang nicht mochte. Sehr offen und kompetent wurden dann alternative Speisen angeboten. Auch für Gäste mit **Laktoseintoleranz oder Milcheiweißallergie** standen geeignete Menüs zur Verfügung, welche den Tagesspeisen immer ähnelten. Nachfolgend zeige ich euch vier Menüs. Zu Beginn gab es immer ein üppiges Salatbuffet mit verschiedenen Dressings.

Salate vom Buffet / Melone mit Schinken / Hähnchenschlegel mit

Kartoffeln / Bananensplit



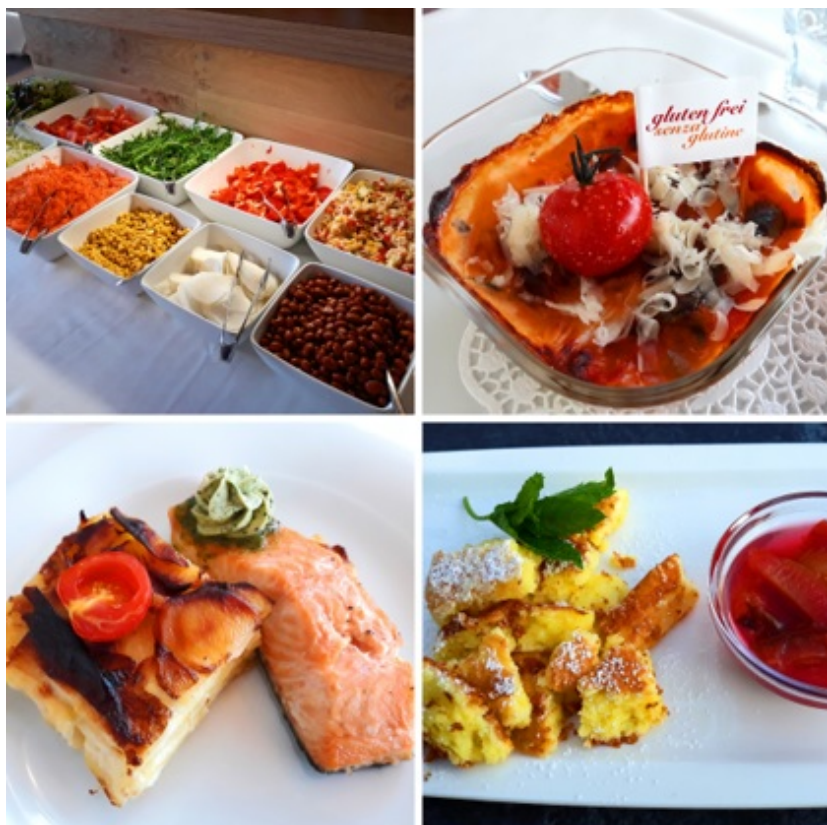
Salate vom Buffet / Käseknödel / Kalbsgulasch mit Reis / Mango – Panna Cotta



Salate vom Buffet / Karotten-Ingwer-Suppe / Vitello Tonnato / Tiramisu



Salate vom Buffet / Gemüselasagne / Lachs mit Kartoffelgratin / Quark-Kaiserschmarrn mit Zwetschgenröster



Ein reichhaltiges Frühstück

Glutenfreies Brot und Brötchen zum Frühstück standen bereits auf dem Frühstückstisch bereit, welchen man am Anreisetag zugewiesen bekam. Es war täglich eine Mischung aus selbstgebackenen Saatenbrot und -brötchen, einem hellen Brötchen oder Brot und einer kleinen süßen Köstlichkeit. Die Auswahl gefiel mir persönlich gut. Bei Kindern kommen sehr saatenreiche Backwaren jedoch nicht immer gut an, und so konnte die Backwarenauswahl zum Frühstück nach Absprache individuell geändert werden.

Im Frühstücksraum gab es drei Speisentische. Auf dem ersten waren glutenhaltige Backwaren aufgereiht, weit entfernt vom glutenfreien Sortiment. Ein zweiter, sehr großer Tisch bot alles, was das Herz begehrt, in glutenfreier Form: Konfitüre, Butter, gekochte Eier, viele verschiedene Müslisorten, Trockenfrüchte, Saaten, Cerealien, Säfte, Wasser, Joghurt (auch laktosefrei), frischen Obstsalat. Auf dem dritten Tisch waren Platten mit Wurst, Schinken, Frühlingsquark, Streichkäse, Camembert und Scheibenkäse angerichtet – alles ebenfalls ausschließlich glutenfrei. Auf Wunsch wurden zudem

Rühr- und Spiegeleier zubereitet, wahlweise mit Speck. Kaffee und Tee gab es selbstverständlich auch.

Und so sah zum Beispiel ein glutenfreier Brot- und Bröchenteller zum Frühstück aus.



Das sympathische Bistro

Neben der Pension betreibt der Schlaneiderhof auch ein Bistro, und die Köstlichkeiten, die es dort gab, überraschten mich äußerst positiv! Mit gluten- und laktosefreiem Waffeleis oder einem Stück der vorzüglichen Kuchen und Torten konnten wir am Nachmittag die herrliche Aussicht auf die Berge genießen.



Wer während einer Wanderung oder eines Ausflugs einmal außerhalb der Pension essen möchte, findet in der Umgebung einige Anlaufstellen für glutenfreie Mahlzeiten. Im [Walther`s](#), im Herzen von Bozen, zum Beispiel gibt es glutenfreie Spezialitäten wie Pizza, Pasta, Tiramisu und Salat. Das Walther`s ist von der italienischen Zöliakie-Gesellschaft zertifiziert und ganz ehrlich, ich habe auswärts noch keine bessere glutenfreie Pizza gegessen, sie schmeckt absolut vorzüglich! Weitere Restaurants und Einkaufsmöglichkeiten mit glutenfreiem Angebot sind übrigens [HIER](#) ersichtlich.

Ausflugsziele und Unternehmungen

Schlaneid selbst ist in kleines Dörfchen mit etwa 120 Einwohnern. Die Gegend um Schlaneid präsentiert eine traumhafte Kulisse zum Wandern und Mountainbiken. Der Schlaneiderhof verleiht E-Bikes und organisiert geführte Rad- und Wandertouren. Mit dem Auto sind die prächtigen Städte Meran und Bozen schnell erreichbar. Auch der Kalterer See ist nicht weit entfernt und bietet in den heißen Sommertagen eine erfrischende Abwechslung. Das Skigebiet Meran 2000 ist im Sommer ein Wanderparadies und im Winter ein Skifahrer-Eldorado

mit optimalen Pisten.



Fazit

Was mir beim Aufenthalt im Schlaneiderhof besonders gut gefallen hat, war die unkomplizierte, sorgenfreie und kompetente Verpflegung. Das Mich-erklären-Müssen fiel komplett aus und die glutenfreie Ernährung funktionierte großartig! Solltet ihr euch den Schlaneiderhof als Urlaubsziel aussuchen, so kann es durchaus sein, dass wir uns dort einmal sehen. Meinen Aufenthalt im schönen Südtirol wiederhole ich dort sehr gerne wieder. ☐

Eure Tanja

P.S.: Dieser Artikel ist von keinem Hersteller, Gastronom oder Seitenbetreiber gesponsert. Alle genannten Produkte, Shops, Restaurants und Websites habe ich selbst ausgewählt. Verlinkungen dienen lediglich dazu, euch nach Wunsch eine rasche Auffindbarkeit zu bieten.