

# Urlaub im Schlaneiderhof – unbeschwert und lecker!

Liebe Leserinnen, liebe Leser, bereits im Jahr 2019 berichtete ich über die [Pension Schlaneiderhof](#) im schönen Südtirol, zwischen Bozen und Meran auf etwa 1.100 Meter Höhe, [HIER](#) geht's zum Beitrag.



Auch in diesem Jahr führte mich mein Weg in den Schlaneiderhof, denn die liebe Pensionschefin Elisabeth organisierte einen glutenfreien Backkurs dort und ich freute mich sehr, den Kurs abhalten zu dürfen. Gleich vorweg, das war für mich wohl der Arbeitsplatz mit der bisher schönsten Aussicht überhaupt!



Im Kurs wurde über mehrere Stunden auf die Eigenschaften der glutenfreien Mehle und Bindemittel eingegangen. Es wurden wichtige Infos zur glutenfreien Teigherstellung weitergegeben und verschiedene Köstlichkeiten aus klassischen glutenfreien Teigarten wurden zubereitet: Apfelberger, Laugenkonfekt, Mischbrot ohne Fertigmehl, Nussecken und Apfelstrudel. Der Backkurs dort war mir eine besonders große Freude. An dieser Stelle an alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein herzliches Dankeschön für eure Teilnahme, es hat mich sehr gefreut euch persönlich begrüßen zu dürfen. Übrigens, wer Interesse an einem glutenfreien Backkurs hat, [HIER](#) werden im Juni die neuen Termine für das 2. Halbjahr 2023 veröffentlicht. Nach einem tollen Backkurs mit glücklichen Teilnehmerinnen und Teilnehmern folgten für mich noch einige Tage im Schlaneiderhof und gerne berichte ich euch davon.



Wer unbeschwert glutenfrei genießen möchte, ist im Schlaneiderhof in Südtirol genau richtig. Dort muss sich

niemand erklären, wer auf Gluten verzichten muss oder möchte, denn die Zubereitung von glutenfreien Köstlichkeiten steht dort auf dem Tagesprogramm. Bereits das Frühstücksbuffet ist nun komplett glutenfrei und die umfangreiche Auswahl an Müsli/Cerealien, Wurst, Käse, Eier, Aufstriche süß und herhaft, Obst, Kuchen uvm. überzeugt auf ganzer Linie. Glutenfreie Brötchen stehen direkt am Tisch, komplett getrennt von glutenhaltigen Backwaren, sodass eine Kontamination ausgeschlossen ist.

Tagsüber gibt es glutenfreie Speisen im Bistro, aber auch stets eine leckere glutenfreie Kuchen- und Tortenauswahl! Wer beispielsweise in der Gegend zum Wandern oder Radfahren unterwegs ist, ein Zwischenstopp im Schlaneiderhof lohnt sich sehr, denn nicht nur die tolle Aussicht, natürlich auch die glutenfreien Köstlichkeiten laden dazu ein.

Beim Abendessen ist das gesamte Salatbuffet glutenfrei. Im Anschluss folgt stets ein Drei-Gänge-Menü und nachfolgend zeige ich euch einige Menüabfolgen:





Im Urlaub habe ich stets abgepacktes glutenfreies Brot, Cracker oder ähnliches mit dabei. Nach dem Urlaub im Schlaneiderhof kamen all diese Produkte ungeöffnet mit nach Hause, denn die Speisen- und Gebäckauswahl dort ist so umfangreich, sodass ich keine selbst mitgebrachten Backwaren, Riegel oder ähnliches benötigte.

Auch dieser Aufenthalt im Schlaneiderhof war für mich wieder herrlich unbeschwert bezüglich der glutenfreien Ernährung und es war auch sicher nicht mein letzter Urlaub dort.

Eure Tanja