

# Kuren mit Bier

Bei der Hopfenstempelmassage wird der Körper mit  
erwärmten Hopfen-Kisseli «bestempelt»

Die Appenzeller haben wieder etwas ausgeheckt: eine Bierkur namens Ninkasi. Nicht, was Sie jetzt denken. Es handelt sich um eine Wellnesskur für Haut und Haar im Hotel Hof Weissbad. Selbstverständlich trinkt man dazu auch ein Bier, aber eins der Extraklasse

Wenn nicht die Grossmütter sind, dann die alten Ägypterinnen. Das ist auch beim Bier nicht anders. Letztere sollen den Schaum des Bieres benützt haben, um die Frische ihres Teints zu verbessern, schrieb der Römer Plinius vor fast 2000 Jahren. Das ist gut möglich, denn Bier wirkt adstringierend, das heisst zusammenziehend auf jedes einzelne Haar. Das gibt ihm eine festere Struktur und automatisch auch mehr Volumen. Und die Bierhefe hilft gegen unreine Haut: Vitamin B6 (Pyridoxin), das in Bier-

hefe reichlich vorhanden ist, verhindert übermässige Fettablagerungen auf der Oberhaut und fördert den Heilungsprozess.

Auch Braumeister Karl Locher wusste von den Wohltaten des Gebräus. Seine Mutter hatte ihm das Schönheitsrezept in seiner Jugend empfohlen, heute ist sein Teint die beste Werbung. Es scheint fast logisch, dass der kreative Brauer, Mälzer und Mitinhaber der Brauerei Locher in Appenzell, der auch exotische Besonderheiten wie das biologische Vollmond-, das alkoholfreie Leermond- oder das Kornkreisbier lanciert hat, auf die Idee kam, Bier und Bier-Nebenprodukte aus seiner Brauerei der Edelnutzung zuzuführen und die Wirkstoffe kosmetisch zu nutzen. Mit einer Hand voll Hopfenkörner, Malzschrot und Biertreber präsentierte er seine Idee den Verantwortlichen im Hotel Hof Weissbad, entwickelte danach Rezepturen und Anwendungen, die auf neusten Forschungsergebnissen beruhen. Entstanden ist ein Wellnesskonzept aus verschiedenen Anwendungen, Pflegeprodukten wie Biershampoo, Körpermilch und Seife sowie kulinarischen Köstlichkeiten.

Seit Anfang Jahr nun kann man in Weissbad im Bier baden. Jeder Strahl aus der Massagedüse scheint die frische Bierhefe und das Minzöl direkt in die Poren zu transportieren und mit jedem Strudeln auf der Haut fühlt man sich besser. Ein Genuss ist auch die Ganzkörpermassage mit Hopfenstempeln, bei der die Therapeutin mit dem im Dampf erhitzten Stoffsäckli langsam und mit leichtem Druck den Meridianen entlang «stempelt». Das Resultat ist totale Entspannung und ein leicht hopfig-säuerlicher Duft auf der Haut und in der Nase.

In der Küche von Käthi Fässler kommt das Bier in unterschiedlicher Weise auf den Tisch: als Gersten-Gewürz-Kuchen, Knäckebrot, Malzkorn-Brötli oder Bier-Käse-Brot-aufstrich, als Austernpilze, die mit Bio-Bier und Bio-Bierhefe aufgezogen werden. Und dazu gehört natürlich ein Ninkasi-Bier, leicht alkoholhaltig oder alkoholfrei und mit Kombucha gemischt. Der Name Ninkasi ist übrigens nicht ägyptisch: Er stammt von der sumerischen Bier-Göttin, die den Gras fressenden Urmenschen mit Bier zum zivilisierten Menschen gemacht hat.



## Die Ninkasi-Kur

4 Übernachtungen / Halbpension, 1254 Franken  
1 Ganzkörper-Peeling mit Malzschrot, Treber und Weizenkeimöl mit Alpsteinpfefferminze  
1 Massagebad mit frischer Bierhefe und Minzöl  
1 energetische Massage mit Hopfenstempeln und Weizenkeimöl, angereichert mit Hopfen, frischer Bierhefe und Torf aus dem Hochmoor bei Gonten (AI)  
1 pflegende Behandlung mit Bier für Kopfhaut und Haar, inkl. Kopfmassage  
Je 2 Gruppenlektionen Nordic Walking und Pilates.  
Zum Nachtessen 4-Gang-Auswahlmenu, dazu Ninkasi-Bier, mit wenig oder ohne Alkohol  
Hotel Hof Weissbad, 9057 Weissbad, Tel. 071 798 80 80, www.hofweissbad.ch

## Gesund und gut

Über die gesundheitliche Wirkung des Biers gehen die Meinungen auseinander. Die einen sagen, mässiger Alkoholkonsum sei gut für die Gesundheit, andere behaupten das Gegenteil. Tatsache 1 ist: Bier enthält mehrere Vitamine der B-Gruppe, Biotin, Niacin und Folsäure. Tatsache 2 ist: Der Schweizer Brauerei-Verband darf auf seiner Homepage nicht über «die wissenschaftlich erwiesenen gesundheitsfördernden Wirkungen des massvollen Bierkonsums berichten». Das hat das Kantonale Labor Zürich verfügt. Tatsache 3 ist: Zahlreiche Forscher haben an einer Tagung im vergangenen Jahr über das Thema berichtet. So ist dokumentiert, dass Bier gefässerweiternd wirkt und das Cholesterin günstig beeinflusst. Es verhindert Ablagerungen und schützt vor Herzinfarkt. Urologen sagen, dass Bier Nierensteine verhindert. Andere haben entdeckt, dass Xanthohumol, ein Bestandteil des Hopfens, Krebs verhindert. Unsere Meinung: Das Ninkasi-Bier mit Kombucha enthält keinen Alkohol und schmeckt himmlisch. Das andere enthält 7 g Alkohol pro Flasche. Beide können Sie beziehen über [www.appenzeller-bier.ch](http://www.appenzeller-bier.ch) oder Hof Weissbad, [www.ninkasi.ch](http://www.ninkasi.ch).



Das Bier namens Ninkasi gibt es während der Kur à discrétion – alkoholfrei mit Kombucha gemischt oder mit wenig Alkohol

# Haarausfall... Kraftlose Haare... Brüchige Nägel...



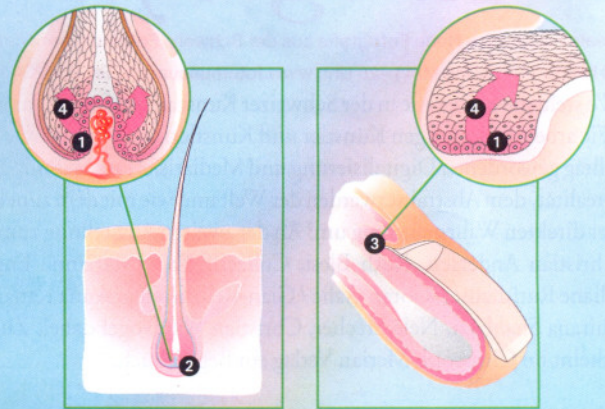
... können durch Biotinmangel auftreten.

## Biotin-Mepha<sup>®</sup> forte

hilft diesen Mangelzustand zu beheben.

### Entstehung gesunder Haare und Nägel

Spezialisierte Hautzellen (Epidermiszellen) **1** in der Haar- **2** bzw. Nagelmatrix **3** vermehren sich durch Zellteilung und schieben sich so langsam nach oben **4**. Dabei reifen sie und bilden das faserige Eiweiss Keratin, den Hauptbestandteil der Haare und Nägel. Keratin verleiht Haaren und Nägeln ihre Festigkeit nach aussen. **Biotin** hingegen wirkt auf die Vermehrung der Haar- und Nagelmatrixzellen, unterstützt die Bildung von Keratin und verbessert die Keratinstruktur.



### Biotin

- > Vermindert den Haarausfall
- > Verbessert die Haar- und Nagelqualität
- > Erhöht die Haar- und Nageldicke



Erhältlich in Apotheken und Drogerien.

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.

Die mit dem Regenbogen

mepha 