UNTERWEGS IM **NATURPARK WESERBERGLAND**

Text und Bilder: Christian Wiegand

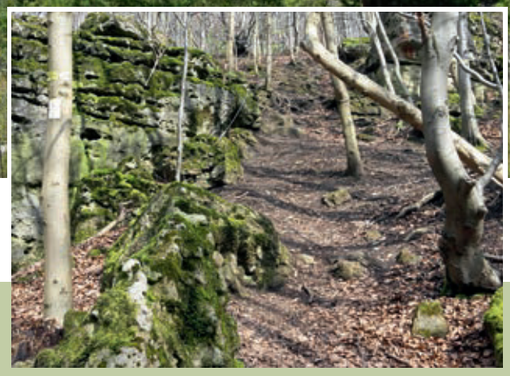
Wanderschuhe geschnürt, Proviant eingepackt und auf geht's. Der Naturpark Weserbergland begeistert als beliebtes Naherholungsgebiet in Niedersachsen und liegt direkt vor den Toren Hannovers. In jeder radius/30 Ausgabe nehmen wir Sie mit auf eine Tour durch die abwechslungsreiche Landschaft – und immer passend zur Jahreszeit. Nachahmung ausdrücklich empfohlen.

TOUR 1 KLIPPEN, AUSBLICKE UND BÄRLAUCH AM KANSTEIN

Adobe Stock

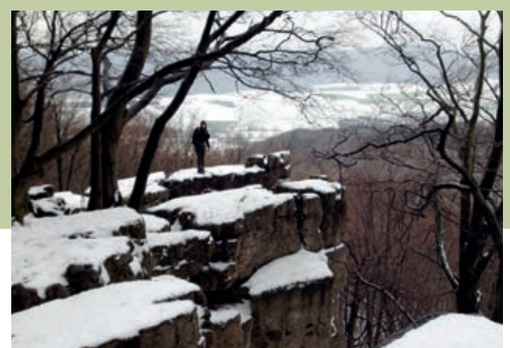
Der Kanstein ist mit 441 m ü. NN die höchste Erhebung des Thüster Berges. Auf seinem Gipfel ragt der Lönsturm aus dem Wald heraus und bietet eine grandiose Rundsicht über die Umgebung: Ith, Schweineberg, Deister, Osterwald, Sieben Berge und manchmal sogar der Harz sind zu sehen.

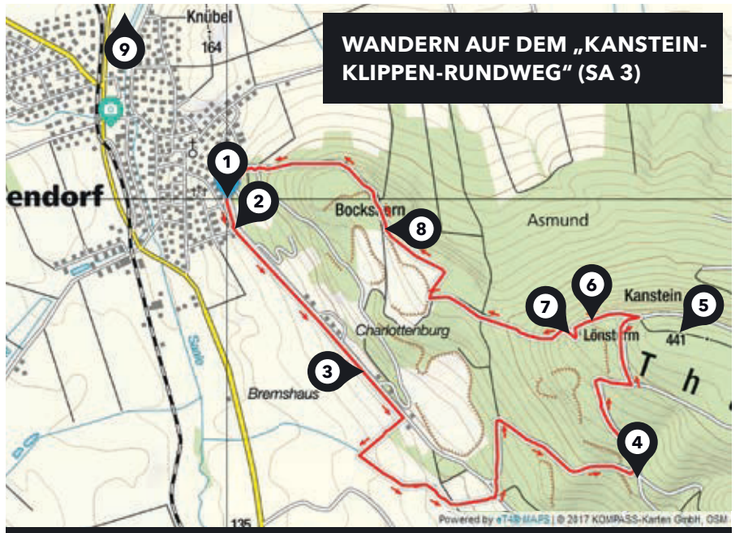
Die Felsen des Kanstein sind insbesondere bei Kletterern berühmt und beliebt. Sie tragen außergewöhnliche Namen wie Liebesnadel, Dreck- oder Falkenturm und bestehen aus Kalkstein, bei dem es sich um einen ehemaligen Meeresboden handelt. Der Kalk stammt von Schnecken und Muscheln, die dort vor rund 150 Millionen Jahren zu Boden gesunken und eine mächtige Schicht gebildet haben. Heute, nachdem der Meeresboden ausgehärtet und in späteren Jahrmillionen aufgefaltet wurde, ragt er als Felsen aus dem Berg heraus. Der hohe Kalkgehalt des Bodens bringt eine Vegetation hervor, die daran besonders angepasst ist, zum Beispiel den Hohlen Lerchensporn, Waldmeister oder Bärlauch. Sie sind „Geophyten" – Pflanzen, die mithilfe ihrer Wurzelknolle den Winter im Boden überdauern. Dank der Energie, die sie in dieser Knolle gespeichert haben, treiben sie früh im Jahr aus und nutzen bereits die Frühlingssonne zum Wachsen und Blühen.



Der alte Steinbruch beherbergt wärmeliebende Tier- und Pflanzenarten.

GeTour GmbH





Ausgangspunkt
Wanderparkplatz „Salzhemmendorf" an der Kita Kansteinzwerge

Anfahrt
Auto: Navi: Felsenkellerweg 13, Salzhemmendorf
ÖPNV: mit der Bahn und Bus bis Haltestelle „Salzhemmendorf Bahnhofsweg", dann 15 Min. Fußweg zum Ausgangspunkt

Charakter
7 km langer Rundweg, 300 Höhenmeter, mitunter steil (Profilsohlen!), viele Highlights

Markierung
SA 3, gegen den Uhrzeigersinn

SA 3 WESERBERGLAND

www.naturpark-weserbergland.de

TIPPS

Stationen und Sehenswertes auf der Tour

1. Wanderparkplatz
2. Gedenkstätte für NS-Zwangsarbeiter
3. Weg am Waldrand mit Ausblicken zum Ith
4. Schutzhütte
5. Lönsturm
6. Kansteinklippen mit „Totenkopffels", „Eckturm" und „Teufelskanzel"
7. Steiler Abstieg (bei Nässe: Halteseile), vorbei an der „Hexenküche"
8. Felsenlandschaft im alten Steinbruch mit Ruinen
9. Hinterher: Erholen in der Ith Sole Therme Salzhemmendorf (www.ther.me)

BÄRLAUCH-PESTO

Im Frühjahr kann man viel Bärlauch am Kanstein finden. Die dunkelgrünen kräftigen Blätter erkennt man am Geruch: Wenn man sie in den Fingern zerreibt, riechen sie nach Lauch. Daraus lässt sich leckeres Pesto zubereiten:

25 g Walnuss- oder Pinienkerne leicht anrösten und hacken, **200 g Bärlauchblätter** kleinschneiden, dazugeben und zusammen mit **50 g geriebenem Parmesan** und **150 – 200 ml Olivenöl** zu einer sämigen Masse vermengen (ggf. mit einem Stabmixer). Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Fertig. Abgefüllt in Gläsern hält sich das Pesto im Kühlschrank wochenlang.

Der Bärlauch (Allium ursinum) liebt Buchenwälder mit Kalkböden, wie man sie am Kanstein, Ith, Deister, Süntel oder Schweineberg findet. Weil er von Ameisen verbreitet wird, wächst er in großen Teppichen. Eine Handvoll für den Eigenbedarf zu pflücken, ist erlaubt (nur nicht in Naturschutzgebieten).

Oben: Ziemlich wild und steil ist es am Kanstein.
Mitte: Der Lönsturm wurde 1928 erbaut.
Unten: Der „Eckturm" bietet von den Kansteinfelsen die beste Aussicht.