



K

ühle, klare Luft füllt die Lungen, der Nebel zieht an den Bergen und Wäldern vorbei. Dazu nippt man den letzten, stärkenden Schluck heißen Kaffee. Um sein Frühstück bei Sonnenaufgang genießen zu können, muss man manchmal schon um 5 Uhr in der Früh aus den Federn, aber es lohnt sich! Frühstück im Freien ist wie ein kleiner Urlaub. Ob man im Morgengrauen aufsteht und eine kleine Wanderung unternimmt, um dann eine Picknickdecke auszubreiten, oder sich nach dem Aufwachen auf den Balkon stellt – es gibt kaum einen besseren Start in den Tag als in der Sonne. Berg-, Wald- und Seeluft machen unglaublich hungrig und nach einem ausgiebigen



Spaziergang schmeckt das Essen auch gleich doppelt so gut. Das Outdoorfrühstück bedarf zwar einiger Organisation, das sollte Frischluftfreunde jedoch nicht abschrecken. Wenn man schon abends das Frühstück vorbereitet und Decke und Emaillebecher in den Rucksack steckt, muss man morgens nur noch die Thermoskanne mit heißer Suppe oder frischem Kaffee befüllen. Den Morgen in der Natur zu verbringen hat eine gewisse Magie. ▶