

# Die F.I.A.B. Mail (Freitag, 08.11.2024)

*Edition: Freitag, 08.11.2024*

*Der Text hier ist die Aufzeichnung vom wöchentlichen Newsletter – der F.I.A.B. Mail von survival-kompass.de*

---

Howdy.

Fallen dir jetzt auch die Bäume auf, wie sie sich färben? Ein wahrlich tolles Schauspiel, und ich freue mich jeden Herbst darauf. Besonders die Ahornbäume haben es mir angetan.

Nun aber los. Lass uns neue Fertigkeiten, Ausrüstung und Impulse entdecken.

Los geht's nach dem Plan:

Fertigkeit ? – Interessant ? – Ausrüstung ? – Bild ??

---

## Fertigkeit:

Hast du dich jemals gefragt, wie du dein Bushcraft-Camp in einen gemütlichen, persönlichen Raum verwandeln kannst?

Also, der nicht nur sicher ist, sondern auch Spaß macht?

Na klar, wir alle wollen unsere Fähigkeiten schärfen und gleichzeitig die Zeit im Wald genießen.

Und ich kann mich noch gut an mein erstes Camp erinnern – eines Tages saß ich dort und dachte:

Was kann ich jetzt noch bauen, was kann ich machen?

Die Lust war da, das Messer scharf und die Hände wollten arbeiten.

Und schrittweise habe ich dann mir Ideen geholt.

Die habe ich für dich natürlich festgehalten.

Deshalb habe ich für dich **19 Bushcraft-Ideen** zusammengestellt, die dein nächstes Outdoor-Erlebnis bereichern werden.

---



Von der Herstellung deines eigenen natürlichen Seils bis zum Bau eines Dreibeins zum Üben von Knoten – diese Ideen sind mehr als nur Überlebensstipps.

Sie sind ein Weg, die Natur zu umarmen und dabei eine Menge Spaß zu haben.

Ich teile sie alle in meinem Ratgeber, und ich kann es kaum erwarten, dass du sie ausprobierst.

Klick einfach auf diesen Link:

? [19 Bushcraft Ideen, die deine Fähigkeiten garantiert schärfen und Spaß im Wald bieten](#)

Und dann lass uns gemeinsam die Geheimnisse des Waldes erkunden.

Pack deinen Rucksack, schnapp dir dein Messer und ab in den Wald.

*PS: Bring ein Lächeln mit, der Wald liebt glückliche Gesichter!*

---

## **Interessant:**

"Das schmeckt wie Chips!", sagte ich überrascht, als ich vorsichtig in die knusprige Wanderheuschrecke biss.

Das Gespräch, das ich letzte Woche mit Marco Schebesta führte, veränderte meinen Blick auf unsere Ernährung.

Marco ist der Gründer von Catch-Your-Bug, und was er mir im Interview erzählte, bestätigte noch mal meine Meinung:

"Insekten sind nach pflanzlicher Nahrung die nächstbeste Nahrungsquelle in einer Überlebenssituation",

---

erklärte er. "Sie sind fast überall verfügbar, leicht zu fangen und extrem nahrhaft."



Seine eigene "Erleuchtung" hatte er auf einem Streetfoodmarkt in Kambodscha. Was als kulinarisches Abenteuer begann, entwickelte sich zu einer Mission: die Etablierung von Insekten als nachhaltige Proteinquelle in Europa.

Die Zahlen sind beeindruckend:

- 40–70 % Proteingehalt
- 2500x weniger Wasserverbrauch als bei Rindern (für 1 kg)
- 100x weniger CO<sub>2</sub>-Ausstoß als bei Rindern (für 1 kg)
- Wichtige essenziellen Aminosäuren und wichtige Fette

In seiner Manufaktur züchtet Marco heute verschiedene Insektenarten unter strengsten Hygienebedingungen. In nur 4-6 Wochen entstehen proteinreiche Snacks, die in Geschmack und Textur an geröstete Nüsse erinnern.

Wir haben natürlich noch über mehr gesprochen,

1. wie man essbare Insekten in Deutschland findet,
2. welche Zubereitungsmöglichkeiten es in der Wildnis gibt
3. und wie man selbst Mehlwürmer züchten kann.

Aber das würde hier den Rahmen sprengen.

? [[Hier klicken um das komplette Interview zu lesen](#)]

## Ausrüstung:

Da bist du also, mittendrin im dicksten Bushcraft-Abenteuer, und was fehlt?

Ein nützliches Werkzeug, das beinahe so essenziell ist wie das Taschenmesser in deiner Hosentasche:

Paracord!

Erinnerst du dich an diesen Waldtrip letztes Jahr, als die billigen Zeltschnüre unter der Last des Regens nachgaben?

Ich schon, und ich sage dir: Da hätte ein Stück Paracord aus der Patsche geholfen.



Hier einige unbezahlbare Lösungen, die dich zukünftig vor einem Seil-Desaster bewahren:

? **Stabilität und Robustheit:** Paracord 550 kann ein richtiges Kraftpaket sein – mit einer Zugfestigkeit von unglaublichen 249 Kilogramm!

? **Leichtgewicht:** Dein Rucksack ist schon schwer genug, da muss nicht noch das Gewicht eines Seemanns-Taues dazu.

Und jetzt halt dich fest, denn ich habe für dich 39 praktische, innovative – und manchmal auch verrückte – Anwendungen zusammengestellt, mit denen dein Paracord zur eierlegenden Wollmilchsau der Wildnis mutiert:

1. Zelt festbinden – und wenn Poseidon persönlich am Zelt zieht, es bleibt stehen!
2. Schnürsenkel reißen? Paracord to the rescue!

3. Notgürtel – wenn dein Outdoor-Snack ein wenig zu kraftvoll zuschlägt.
4. Wäscheleine im Wald – weil frische Wäsche und Waldluft einfach zusammengehören.
5. Und noch 35 andere geniale Ideen! ??

Klicke jetzt, pack dein Paracord ein und sei vorbereitet für das Wesentliche – dein nächstes Abenteuer!

? [[Entdecke die 39 Anwendungen von Paracord hier!](#)]

---

## **Bild:**

"Das sieht ja aus wie ein verbrannter Schuh!", rief mein jüngster Sohn entsetzt, als ich die schwarze Banane vom Grillrost nahm.

Sein großer Bruder zog skeptisch die Augenbrauen hoch.

Doch als ich sie aufschnitt, verwandelten sich ihre zweifelnden Blicke in ungläubiges Staunen.

**Goldgelbes, weiches Fruchtfleisch, durchzogen von geschmolzener Schokolade, strömte einen betörenden Duft aus.**



Der erste Bissen? Pure Glückseligkeit.

Das Dessert, das aussah wie ein Grillunfall, entpuppte sich als der heimliche Star des Abends. Seitdem sind meine beiden Jungs süchtig danach (neben Popcorn).

Manchmal steckt eben das Beste in der unscheinbarsten Verpackung.

---

Willst du auch deine Familie überraschen?

? [Hier findest du das komplette Rezept für diesen süßen Outdoor-Traum](#)

---

*Gefällt dir, was du liest? Teile es mit Freunden oder lass mich wissen, was du denkst.*

*Wilde Grüße, Martin*

*PS:*

*Dieses Wochenende bin ich wieder auf einem Seminar. Wir schauen uns den Bogenbau und das Grubentöpfeln genau an. Ich bin schon sehr gespannt und vielleicht kommt mal etwas in der Instagram-Story.*

---

## Über den Autor des Ratgebers

### Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner [“Über mich”-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>