

Workshop »Wildkräuter-Zauber«

Heimische Wildkräuter in der Ayurvedaküche

Wir spazieren durch die Natur, entdecken, lernen kennen und sammeln Kräuter abseits der Wege im Naturschutzgebiet an der Wahnbachtalsperre, um anschließend Köstliches damit zuzubereiten. Gemeinsam werden wir an einer reich gedeckten Tafel einen erlebnisreichen Tag ausklingen lassen.

Die Küche ist der Ort, wo wir täglich über unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden entscheiden. Lernen Sie die Basics der ayurvedischen Kochkunst kennen und kommen Sie auf den Geschmack dieser gesunden Ernährung!

Da die Speisen für jeden bekömmlich sein sollen, gehört die Heilkraft und Vielfalt der ayurvedischen Gewürze und das Erkennen der frischen Wildkräuter sowie die Vorgehensweise bei der Zubereitung zu den wichtigsten Inhalten.

Es erwarten Sie herrliche Rezepte, viele Tipps über die Verarbeitung von Kräutern in Tinkturen, als Sirup oder Pesto und Sie nehmen auch etwas davon mit nach Hause.

Erleben Sie einen kurzweiligen und unvergesslichen Zaubertag mit vielen Informationen zur Jahreszeit inkl. Rezeptmappe, Verpflegung und Getränke!

Datum: Sa. 04.05.2019

Zeit: 09:00 bis 16:30 Uhr

Preis: 80,- p. P.

Wenn sich zwei gleichzeitig anmelden oder jemand eine Freundin / einen Freund wirbt, sind es 65,- p. P.

Ort: Haus „Herzenswerk“ in 53804 Much, Walterscheid Nr. 9

Treffpunkt für die Kräuterwanderung: 53819 Neunkirchen-Seelscheid,

Ortsteil Hochhausen, Wahner Weg / Kreuzung Hochfeldstraße

Telefon: 0170-7036825 für Infos, Anmeldung und Wegbeschreibung / Findung!