

Wildkrauterpassion

Aus der Natur auf den Tisch!

Eine Entdeckungstour vor der eigenen Haustür in der Natur kann so erdend und erholsam sein. Alle streben nach dem perfekten Superfood von fernen Ländern, aber das ist nicht immer der beste und gesündeste Weg.

Gehen Sie mit mir auf einen kleinen Rundgang über das Hofgelände des Heinenhofes. Hier schauen wir uns Wildkrauter an, lernen die Gefahr von ungenießbaren oder gar giftigen Doppelgängern kennen. Nach einer Wildkrautersammlung fertigen wir ein tolles Menü an. Dieses besteht in der Regel aus 5 bis 6 Gerichten. Somit ist jeder Teilnehmer aktiv beteiligt. Man wird schnell erkennen, wie beglückend es sein kann, seine Lebensmittel selber zu sammeln und in einer netten Umgebung zu kochen und zu genießen.

Wussten Sie, dass Spitzwegerich nach Champignon schmeckt, Brennnesseln unser heimisches Superfood sind und Blüten nicht nur schmückendes Topping sind. Welche Wildpflanzen sind die Lebensgrundlage von Schmetterlingen und anderen Insekten, die in unserer Umgebung ja leider sehr schwinden.

Wildpflanzen liefern ein Höchstmaß an Vitaminen und Mineralien. Nichts ist frischer, gesünder und günstiger als Kräuter zu ernten und direkt zu verarbeiten. Unser Vorfahren wussten, dass für jedes Zipperlein ein Kraut gewachsen ist. Wir haben verlernt genauer hinzusehen und uns diesen Vorteil zu Nutzen zu machen, dabei ist es so einfach und köstlich.

Ich bin ausgebildete Wildkräuterpädagogin und habe Fortbildungen in ayurvedischem Kochen gemacht. Somit kann ich gut unsere heimischen Wildkrauter und das Wissen aus dem ayurvedischen Wissen kombinieren. Ein Schatz für die Gesundheit.

Sie können bei mir ein dreistündiges Event buchen, welches Führung, Kochanleitung, Rezepte, Getränke, Lebensmittel und Infos enthält.

Preis 49 Euro

Kontakt: email wildkrauterpassion@web.de

Tel. 0177-8135900

Instagram: Wildkrauterpassion

homepage: www.wildkrauterpassion.de



Kombinierbar mit Ziegen- und Eselbegegnung