

Mitmach- Exkursion- Essbare Wildkräuter im Frühjahr– stark im Geschmack, vielfältig in der Verarbeitungs- und Anwendungsmöglichkeit

Kursbeschreibung:

Eine kleine Auszeit mitten in der Natur am Jägersburger Weiher. Gemeinsam werden wir mit allen Sinnen in die Vielfalt der essbaren Wildpflanzen eintauchen, uns der Bestimmung und Erkennung verschiedener Wildpflanzen widmen, und deren kulinarisches oder auch heilkundliches Potential besprechen.

Viele Wildkräuter, wie z.B. Löwenzahn, Brennnessel, Gundermann, aber auch Bäume wie u.a. die Birke und Fichte sind Heilpflanzen, und schmecken zusätzlich hervorragend z.B. als Kräutersalz, Chips und Pesto, oder in Dressings, und sind mit ihren wertvollen Inhaltsstoffen eine hervorragende Ergänzung unserer Ernährung.

Nach dem gemeinsamen Entdecken, Sammeln und Schmecken der Wildkräuter, werden wir ein Kräutersalz oder ein Proteinpulver herstellen, zum mit nach Hause nehmen.

Für wen ist der Workshop geeignet:

Für alle, die unsere heimischen, essbaren Wildpflanzen gerne kennenlernen möchten, und etwas über die Vielfältigkeit in der Verarbeitungs- und Anwendungsmöglichkeit erfahren möchten.

Workshopinhalt:

- Grundlegendes Wissen zu Wildpflanzen/Bäume/Hecken je nach Saison, u.a. das Bestimmen von ausgewählten Wildpflanzen und möglicher Verwechslungsgefahren
- Tipps und Regeln für nachhaltiges Sammeln von Wildkräutern
- Einsatzmöglichkeiten für Wildkräuter in der Küche
- Herstellung eines Kräutersalzes/oder Proteinpulver, je nach Saison
- sowie ein wilder Snack/Kräuterlimonade/Tee

Bitte mit bringen:

- Zettel und Stift für Notizen
- ein Glas mit Schraubverschluss
- Becher, Brettchen, Messer
- Behältnis für gesammelte Kräuter (Körbchen, etc.)

Termin: 04.05.2024

14:00 Uhr

Ort/Treffpunkt: Treffpunkt: Jägersburger Weiher / Parkplatz 98F9+2M Homburg

Dauer: ca. 3 Std.

Unkostenbeitrag an den Dozenten: 6 €

Max. 8 Teilnehmer

Angela Bloedorn

Zertifizierte Kräuterexpertin und Natur-und Achtsamkeitstrainerin

(DAWG- Deutschen Akademie für Waldbaden und Gesundheit)

NaturErlebnisführungen- und Coaching

