



## Entdecke die Kraft der Wildkräuter

### Angela Kroboth, Dipl. Kräuterpädagogin

Eichenwaldweg 5, 8046 Stattegg

Tel: 0664/405 89 89

Mail: [angelakroboth@gmx.at](mailto:angelakroboth@gmx.at)



## Frühlingsfit mit Kräuterkraft

Entdecke die Kraft der Kräuter zur Unterstützung, Stärkung und Vitalisierung unseres Körpers um fit und voller Elan in den Frühling zu starten.

Erfahre über die Verwendung in der kosmetischen Pflege, über die Unterstützung der Gesundheit, bis zum Einsatz in der vitalisierenden Küche. Wir stellen gemeinsam eine **Frühlings-Entgiftungs-Tinktur** und einen **Kräuterentschlackungstee** zum mit nach Hause nehmen zusammen und genießen einen frischen **Wildkräuteraufstrich**.

Wann: Dienstag, 16.04.2024, 17:30 - 20:00 Uhr

Kosten: € 45,- (inkl. Jause, Getränke, Materialkosten, Unterlagen, Rezepte)



## Wildkräuter-Spaziergang

Was wächst eigentlich bei mir auf der Wiese rund ums Haus? Wie kann ich es nutzen?

Gemeinsam lernen wir, bei einem kleinen Wildkräuterspaziergang, die Wildkräuter vor unserer Haustür kennen und sicher zu bestimmen. Wir erfahren, wie wir sie nutzen können und entdecken die Kraft der Wildkräuter zur Unterstützung unserer Gesundheit.

Anschließend werden wir uns ein **Wildkräutersalz** zum mit nach Hause nehmen herstellen und uns eine **Wildkräuterspeise** zubereiten und schmecken lassen.

Wann: Freitag, 19.04.2024, 16:00 - 18:30

Mittwoch, 24.04.2024, 17:30 - 20:00

Sonntag, 28.04.2024, 14:00 - 16:30

Kosten: € 45,- (inkl. Jause, Getränke, Materialkosten, Unterlagen, Rezepte)



## Wildkräuter - Kochworkshop



Bei diesem Wildkräuter-Kochworkshop werden wir zuerst in einem theoretischen Block über die Inhaltsstoffe und Wirkungsweisen der Kräuter erfahren. Bei einem gemeinsamen kleinen Wildkräuterspaziergang, bei dem wir lernen die Wildkräuter sicher zu bestimmen und die Kräuter sammeln, werden wir unsere Ernte zu kulinarischen Köstlichkeiten verarbeiten.

Wir werden ein **5-gängiges Menü** zubereiten (2 Vorspeisen, Suppe, Hauptspeise, Salat, Nachspeise) und es gemeinsam genießen.

Wann: Sonntag, 21.04.2024, 10:30 - 14:30 Uhr

Freitag, 26.04.2024, 15:30 - 19:30 Uhr

Kosten: € 70,- (inkl. Menü, Materialkosten, Getränke, Unterlagen, Rezepte)