



## Frühlingskräuter in der Küche

**Zahlreiche Wildkräuter bieten sich an, aus ihnen gesunde Frühlings Speisen zu bereiten.**

Nach der Erstarrung des Winters feiern die Pflanzen im Frühling ihre Wiedergeburt und bringen frisches, saftiges Grün hervor.

Die regenerativen Kräfte, die jetzt in der Pflanzenwelt wirken, kann der Mensch für sich nutzen, indem er frische Pflanzen in seine Nahrung integriert.

Die richtige Ernährung im Frühling bringt den Stoffwechsel in Schwung, der im Winter etwas träge geworden ist. So unterstützt man auch bestmöglich eine Frühjahrskur zur Entschlackung des Organismus.

In diesem Seminar lernen Sie geeignete Frühlingskräuter für die Küche kennen. Gemeinsam werden diese gesammelt, zu leichten Speisen verarbeitet und anschließend unter freiem Himmel aufgetischt.

### **Bitte mitbringen:**

- Wettergerechte Kleidung und gesunden Appetit

**Ort:** NaturGarten Neuhäusl 3 - 85567 Grafing

**Zeit :** So 25.04.2010 - 11:00 - 14:00

**Treffpunkt:** S-Bahn-Station **Grafing Stadt** ( nicht Grafing Bahnhof ! )

**Für S-Bahnfahrer:** S 4 Ebersberg Abfahrt HBH 10:19

**Treffpunkt 10:00 in der Schaltherhalle HBH neben Blumengeschäft**

**Unkostenbeitrag:** 10,00 €

**Anmeldung und weitere Information:** Gabriele Breu

089/45169777

gbreu@online.de

Die Teilnahme ist auf eigene Verantwortung