

Kräutererlebnistag

„Die jungen Wilden: Bärlauch“



Du lernst Stellen im Teutoburger Wald kennen, an denen der Bärlauch üppig wächst. Dort wird geerntet und darauf geachtet, dass die Wurzeln im Boden bleiben, sodass der Bärlauch im kommenden Jahr wiederkommt.

Im Quellhaus wird gemeinsam ein besonderes Essen zubereitet und genossen. Weitere Köstlichkeiten zum Mitnehmen werden nebenher erstellt. Du erfährst, wo vor allem Frühlingskräuter außerdem zum Einsatz kommen, wie sie als günstige Zutat deinen Speiseplan bereichern können und du deinem Körper damit auf einfachem Weg Gutes tun kannst.

- Samstag, 01.04.23 9:30 – ca. 15:30 Uhr
- **Quellhaus, Breder Str. 4a,
32108 Bad Salzuflen**
- max. 7 Personen
- Kosten 59,- € all inclusive (Getränke,
Lebensmittelumlage, Handout, Spritkosten)
- mitzubringen: festes Schuhwerk, wetterfeste
Kleidung, kleines Küchenmesser und-brett, wenn
vorhanden

Anmeldung:

☎ 05222 17754

✉ info@quellhaus.de

Kontaktformular:

www.quellhaus.de

Anmeldeschluss:

Dienstag, 28.03.2023

Bankverbindung: Sparkasse Lemgo, IBAN:

DE08 4825 0110 0007 1342 81



*Kathrin Oswald (Kräutererlebnispädagogin
Ausbilderin HWS)*

„Was mich an essbaren Wildpflanzen begeistert:
Zu jeder Jahreszeit wachsen genau die mit den
Inhaltsstoffen, die unser Körper dann am meisten
braucht – und du brauchst einfach nur zugreifen!“