

Wildkräuterexkursion

**Wilde Brotaufstriche von süß bis pikant
lecker und gesund!**

Samstag, 20.08.2016, 11:00 - 13:30 Uhr
Zeltplatz „Anna-Fleuth“ in Kevelaer

Heimische Wildkräuter, Samen und Früchte erobern immer mehr unsere Küchen. Sie sind reich an Vitaminen, Mineralien und sekundären Inhaltsstoffen, schmecken gut und sind gesund! Dies alles machen sie als Zutat für Speisen interessant. In Brotaufstrich - Rezepten sind sie jedoch leider eher selten zu finden.

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer innerhalb einer kleinen Exkursion „Grüne Wilde“ kennen, die man wunderbar für selbstgemachte Aufstriche, Dips und auch zum Brotbacken verwenden kann. Bestimmungs-merkmale, Sammel- und Verarbeitungshinweise stehen im Mittelpunkt.

Im Anschluss stellen die Teilnehmer aus dem Sammelgut einen grünen Brotaufstrich her. Dieser wird dann mit einem frisch gebackenen Brennessel-Fladenbrot in gemütlicher Runde verzehrt.

Bitte einen kleinen Vorratsbehälter mitbringen sowie Schreibzeug zum Kräuterwandern.



Kosten: 25€ pro Person (inkl. Getränk, kleine Wildkräuterköstlichkeiten zum Probieren, Portion Brotaufstrich zum Mitnehmen)

Treffpunkt: Zeltplatz Anna Fleuth, Niersstraße 39, 47626 Kevelaer

Leitung: Manuela Oellermann, Angela Dohrenbusch-Trippe, Kräuterpädagoginnen ©

➔ **Anmeldung** per Mail unter kraeuterpott@gmx.de oder Mobil 0157 - 73 88 58 19 (M. Oellermann)