

Wildkräuter in der Küche - eine kulinarische Entdeckungsreise !

Das Wort "wild" hat für viele etwas Bedrohliches und Ungezähmtes, aber auch etwas Unverdorbenes und Ursprüngliches.

Die "wilde Küche" ist nicht nur äußerst gesund, sondern auch eine fast unerschöpfliche Quelle an Vielfalt und gaumenschmeichelnde Delikatesse.

Über ein ganzes Jahr kann man sich aus der Wildnis mit schmackhaftem "Grünzeug" versorgen. Das ist nicht nur sehr kostengünstig, sondern auch eine Wohltat für den Körper aufgrund der lebenswichtigen Mineral- und Vitalstoffe. Unverfälscht und natürlich.

Ich möchte ihnen die Vielfalt der Wildkräuterküche, die sich gerade großer Beliebtheit erfreut, näher bringen.

Wie zum Beispiel mit:

- Suppe "Die grüne Neun"**
- Wildkräuterpizza**
- Löwenzahneintopf**
- Brennnessel-Vogelmiere-Spätzle**
- Beinwell-Cordonbleu**
- Wiesen-Kapern (Haltbarmachen, gut zur Jause)**

und vieles mehr.

Überraschen Sie ihre Familie oder Freunde mit einem neuem Geschmackserlebnis. Ich freue mich Ihnen viele Raffinessen zeigen zu dürfen.

Bitte Behälter in verschiedenen Größen, eine Schürze sowie viel gute Laune und Experimentierfreudigkeit mitnehmen.

Termin: Samstag 18. Mai 2013 – Beginn: 14 Uhr Dauer ca. 4 – 5 Stunden

Kosten: €48,00 – Lebensmittel werden extra verrechnet

Sigrid Hagen, Kräuterexpertin

Ich absolvierte viele Ausbildungen: Kinesiologie, Ernährungsberatung nach trad. chinesischer Medizin, Kräuterausbildung nach Miriam Wiegele, FNL-Kräuterakademie nach Ignaz Schlifni. Alle Ausbildungen schloss ich mit Diplom ab.

**Jetzt widme ich mich voll meiner Passion:
Gesunde Ernährung, dem Kochen und den Kräutern.**