

Sonntag, 06. April 2025 - Berlebeck

FRÜHLINGSWILDKRÄUTER

TAGESSEMINAR MIT NEUNKRÄUTERSUPPE



Gerade das erste „wilde Grün“ zeichnet sich durch einen ausgesprochenen Reichtum an Vitalstoffen – Chlorophyll, lebenswichtige Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente aus. Wildkräuter sind lebendige Nahrung, wirken basisch und entzündungshemmend. Die sichere Ansprache der ersten sprießenden Wildkräuter will jedoch geübt sein. Wie sind die essbaren Wildkräuter von den

giftigen zu unterscheiden? Welche neun Wildkräuter kamen in die traditionelle Gründonnerstagsuppe? Im ersten Teil des Seminars werden wir in der faszinierenden Natur rund um den Rolfschen Hof und im Waldgarten mit Handlupen ausgestattet auf Wildkräuter Exkursion sein. Im zweiten Teil stellen wir in der Seminarküche einen bunten Wildkräutersalat und eine vegane Neunkräutersuppe her.



Termin und Uhrzeit
Sonntag, 06.04.2025
12.30 – 17.30Uhr
Teilnehmerzahl: 7–9

Seminarkosten:
50,00€ inklusive Lebensmittel
aus Ökologischem Anbau

Anmeldung
bis 01. April 2025 bei:
Rolfscher Hof, NABU Lippe
www.rolfscher-hof.de

Hahnbruchweg 5
32760 Detmold
T: 05231-9810392
info@rolfscher-hof.de