

KOCHEN mit Wildkräutern inkl. Kräutereckursion

Unsere Wildpflanzen sind unsere heimischen Superfoods. Sie liefern Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe in geballter Form. Schon kleine Mengen können unsere Ernährung unheimlich aufwerten. Egal ob Baumblätter, Blüten, Kräuter oder Wurzeln.

Wir starten mit einer kurzen Wanderung durch angrenzende Wiesen und Wälder und erforschen die wichtigsten Pflanzen der jeweiligen Jahreszeit.

Ausgewählte Pflanzen kommen in unser „Korbchen“, denn anschließend werden wir Spezialitäten erstellen und gemeinsam verspeisen: Kreatives mehrgängiges Menü auf Basis von gesammelten Kräutern. Warm, kalt, salzig und süß. Von wildem Spargel, Baumsalat bis zur Wurzelsuppe ist alles dabei.

TERMINE

- Freitag 26. April 16 bis ca. 20:30 Uhr
- Freitag 17. Mai 16 bis ca. 20:30 Uhr



Kosten pro Termin: €75 Erw. / €72 Friendspreis (ab 2 Personen) inkl. Kräutereckursion, Rezepte, Menü, Kräutergetränke.

(Menü richtet sich an der Verfügbarkeit der Pflanzen. Spesen sind vegetarisch, regional und biologisch.)

Ort: Seminarraum & Terrasse im Wirtshaus BONKA,
3413 Oberkirchbach, Oberkirchbacherstrasse 61

BONKA  DAS WIRTSHAUS
IM WIENERWALD


LISA GIBON

Kräuter- & Grüne Kosmetikpädagogin

info@lisagibon.com /www.lisagibon.com / 0664 662 87 94