

lecker & gesund 

Neunkräutersegen Neunersuppe



An diesem Kursabend erfahren Sie, was die Zahl Neun in der mittelalterlichen und heidnischen Kultur bedeutete, welchen magischen Heilkräften eine Mischung aus neun Kräutern zugesprochen wurden und wie sich das bis in heutige Traditionen fortgesetzt hat. Sie erhalten Informationen zu den in althergebrachten Rezepten verwendeten Heil- und Wildkräutern. Ihre Steckbriefe verraten Wirkungsweise, Sammel- und Aufbewahrungseigenschaften. So der theoretische Teil des Kurses, der mit detaillierten Kursunterlagen durchgeführt wird.

Wir bereiten gemeinsam kraftvolle Frühlingsspeisen zu und verkosten in sie gemütlicher Runde. Dabei kann jeder seine eigenen Erfahrungen und Ideen zum Besten geben und es ist noch genügend Zeit zur Beantwortung von Fragen.

Alle ausprobierten Rezepte können Sie auch zu Hause leicht selbst zubereiten.

Die Kosten werden im Kurs entrichtet.

Der Kurs findet statt, wenn mindestens 4 Personen

(max. 8 Personen) teilnehmen. Kursdauer ca. 3,5 Std. (1 Abend)

Wildkräuter und ihre Superkräfte

- Was ist der Neunkräutersegen?
- Was liefert die Übersetzung?
- Erläuterung zu den 9 Kräutern des Segens mit Kräutersteckbriefen
- Warum Neun Kräuter?
- Um Ostern eine Neunersuppe?
- Welches (Heil-)Wissen offenbart sich darin?
- Welche Kräuter sammeln wir jetzt?
- Erläuterung zu den 9 Frühlingskräutern mit Kräutersteckbriefen

Rezepte für:
Suppen & Co.
Dipps & Aufstriche
Salate & Smoothies



Kursleitung: Helgard Vogel
zert. Phytologin und Gesundheitsberaterin für
zeitgemäße Naturheilkunde & Ernährung

Anmeldung:
AMARANTHI Vitalkostschule

telefonisch 036427-70400

E-Mail vogel@amaranthi-vitalkostschule.de
www.amaranthi-vitalkostschule.de