



Das erste Grün ist Gold - Bärlauch & Frühlingskräuter

Im Frühling ist es wieder Zeit um Bärlauch und Frühlingskräuter zu sammeln. Bärlauch senkt den Blutdruck, beugt Ablagerungen vor und unterstützt die Entgiftung (Amalgam!). Wir bereiten gemeinsam ein Bärlauch-Pesto und Bärlauch-Butter zu. Aus den Frühlingskräutern mixen wir einen gesunden Smoothy – dazu gibt es Wildkräutersalat mit Quinoa und Hirse zum Verkosten. Es gibt viele Infos zu den Kräutern, vor allem vom Bärlauch und eine Kostprobe vom Birkenwasser.

Wann: Freitag, 08.04.2016 von 19 bis 21 Uhr

Kosten: € 20,- für FNL-Mitglieder € 15,-

Wo: Arche Neo, Eingang 1 B, yoga&more, Oberndorf i.T.,

Wir freuen uns auf Euch! Renée-Isabella Weihsbrodt-Hauser und Claudia Styblo

Anmeldung bitte bei Renée-Isabella Weihsbrodt –Hauser Tel. 0660 4247340