



## Wurzelwerkstatt I und II

### Bestimmung und Verwendung der Wurzeln in Küche und Medizin



### Praktisches Tagesseminar mit Hildegard Kita

Samstag, 17. Okt. 2015 und Sonntag 18. Okt. 2015

10:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Zentrum am Wannberg 6 in 63697 Hirzenhain

Kosten: 75,00 € / Tag, einzeln buchbar, inkl. Skript, zzgl. Selbstkosten Material

Selbstverpflegung

### Wurzeln in der Wildkräuterküche und als Medizin

**Verwurzelt – entwurzelt** – Wann ist die beste Jahres- und Tageszeit, Wurzeln zu graben, an welchen Standorten wurzelt welches Heilkraut am liebsten.

Wie ernten und reinigen wir die Wurzelrogen und wie trocknen und bewahren wir sie auf.

Was sind die wichtigsten Inhaltsstoffe und wie verwenden wir die Wurzeln in der Medizin und in der Wildkräuterküche.

Vom Löwenzahnkaffee bis zum Alantwurzelkonfekt, vom Brennnessel-Haarwasser bis zur Kardentinktur, vom Klettenwurzelgemüse bis zur Krappwurzelfarbe probieren wir alte und neue Rezepte aus.

Das Seminar ist praktisch orientiert und vermittelt Grundkenntnisse in Pflanzenmedizin sowie in der Anwendung von Wurzeln in Haushalt und Küche.

Wir lernen den Nachhaltigkeitsgedanken praktisch umzusetzen.