



Besonderheit

Interessierte, die nicht über die körperliche Fitness verfügen, beim Kräutersammeln dabei zu sein, sind eingeladen zur Zubereitung des Menüs und zum Essen.

Teilnehmerzahl Bis fünf Personen; können z.B. auch Familienangehörige (Ehemann, Ehefrau, Mutter...) sein.

Teilnahmegebühr 25,- €
Volle Rückerstattung der Teilnahmegebühr bis vier Tage vor Veranstaltung.
Danach ist eine Rückerstattung nicht mehr möglich.
Rückerstattung der Teilnahmegebühr bis 6. April, 18. Mai, 8. Juni, 24. August, 8. September.



Wichtige Informationen

Teilnehmergebühr 57,- €
Teilnehmerzahl 8-15 Personen
Treffpunkt für das Kräutersammeln wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Ausrüstung
Wanderkleidung, Wanderschuhe, wenn nötig Regenbekleidung; geeignetes Fahrrad; etwas zu Trinken und eventuell auch kleine Stärkung (z.B. Apfel, belegtes Brot, Nüsse...); Taschenmesser, Stoffbeutel und/oder Korb. Eventuell Schuhe zum Wechseln nach der Kräutersammlung.

Körperliche Fitness
Keine besonderen Anforderungen, außer der Fähigkeit vier bis fünf Stunden Wandern bzw. Rad fahren zu können.

Rücktrittskonditionen
Volle Rückerstattung der Teilnahmegebühr bis vier Tage vor Veranstaltung.
Danach ist eine Rückerstattung nicht mehr möglich.
Rückerstattung der Teilnahmegebühr bis 6. April, 18. Mai, 8. Juni, 24. August, 8. September.

Anmeldung
Jeweils bis vier Tage vor der Veranstaltung:
Bis 6. April, 18. Mai, 8. Juni, 24. August, 8. September 2011.

Tel 853 44 57
Handy 0176-48 66 24 87
Mail mariageiger@aol.com

Die Anmeldung gilt als bestätigt, wenn das Geld auf das angegebene Konto eingegangen ist.
Maria Geiger | Commerzbank Berlin
BLZ 10040000 | Konto-Nr.: 112197900
Als Verwendungszweck „Wildkräuterküche“ angeben.



Natur- und Kocherlebnis

Tag der Wildkräuterküche

Sammeln von Wildkräutern und Kochen mit Wildkräutern

mit Maria Geiger – Botanikerin
&
Karoline Lessmeister – Ernährungsberaterin





Termine für „Tag der Wildkräuterküche“

Termine

- 10. April
- 22. Mai
- 12. Juni
- 28. August
- 12. September

Zeit

9:30 - 19:00 Uhr

Veranstaltungsort

In den Räumen des Seniorenclubs
Herthastraße 25 a, Grunewald, 14193 Berlin.

Wunderschönes Ambiente; Blick auf den Hubertussee.
Bei schönem Wetter kann auf der Terrasse gegessen werden.

Ablauf der Veranstaltung

9:30 Uhr

Treffpunkt im Grunewald (wo wir uns genau treffen, wird rechtzeitig bekannt gegeben).
Mit Fahrrad am Treffpunkt sein.
Auf einer ca. vierstündigen leichten Fahrradtour werden die Wildkräuter an ausgewählten Standorten gesammelt.

13:45 Uhr

Ankunft in der Herthastraße 25 a
Kleine Stärkung: Quark mit gesammelten Kräutern, Vollkornbrot, Bergtee und Erfrischungsgetränke.

14:30 Uhr - 18:00 Uhr

Kochen und Essen
Gemütlich-genussliches Zusammensitzen, Austausch über die gewonnenen Sinneseindrücke, Wissenswertes über Wildkräuter, Feedback.

Ab ca. 18:00 Uhr

Gemeinschaftliches Aufräumen

Menüvorschläge

Neun-Kräutersuppe
Maultaschen mit Bärlauchfüllung auf Wildkräutersalat
Buttermilchmousse



Brennnesselsuppe mit Gänseblümchen
Wildkräuterklöße mit Löwenzahnsalat
Erdbeer-Fraiche



Wildpflanzengemüse mit Knoblauch-Croutons
Brennnesselknödel auf Wildkräutersalat
Vanillepudding mit Löwenzahn-Blütengelee



Menüs können nicht im Voraus festgelegt werden, da das Vorhandensein von Kräutern von der Jahreszeit und von der Wetterlage abhängig ist. Die Menüs sind aber immer vegetarisch. Alle Produkte, die zum Kochen benötigt werden, sind Bioprodukte (außer den gesammelten Wildkräutern). Menüzusammenstellung wird rechtzeitig bekannt gegeben.