

# Schätze der Nat-UR Wildfrüchte

Kochworkshop



Die Natur beschenkt uns reichlichst! Wir brauchen alles nur dankend zu pflücken!

Im Herbst können wir eine Fülle an vitamin und nährstoffreichen Schätzen ernten. Sie sind natürlichst gewachsen und deren Inhaltsstoffe sind für unsere Zellen bioverfügbar.

Diese URnahrung war unseren Vorfahren stets bestens bekannt und vertraut! Beleben wir unseren Körper wieder damit!

Pflegen und warten wir ihn mit dieser natürlichen Nahrung!

Bedanken wir uns auf diesem Wege bei ihm für seine tägliche Funktionalität! Heute ist dieses alte Wissen um Kraftvolles aus der Natur wichtiger und aktueller denn je!

Lerne in diesem Kochworkshop ein "MEHR" über Eichel, Schlehen, Weißdorn.....Ich werde diese alle in Theorie und Praxis vorstellen.

Danach bereiten wir daraus Köstliches zusammen mit Lebensmitteln aus dem heimischen Bioanbau.

Beim anschließenden gemütlichen Beisammensein genießen wir die kreierte Köstlichkeiten.

Eine Mappe mit den wirksamen Rezepten ist Teil des Workshops!

*Wenn du dich angesprochen fühlst, freue ich mich sehr über dein Dabeisein!*

*Herzliche Grüße,  
Gabriele*