



Winterzeit - Sprossenzeit

Samstag, 17. Nov 2018, 15:00 - 19:00 Uhr

Frische Sprossen sind gerade in der Winterzeit eine wertvolle Ergänzung am Speiseplan. Sie bringen Vitamine, frische und Abwechslung auf unseren Teller.

Mit ihren hohen Enzymvorkommen im Keimling haben sie einen hohen Heil- und Nährwert.

In diesem Seminar erfahren Sie:

- o Wie sie Sprossen am besten selbst ziehen
- o Welche Samen dafür geeignet sind
- o Wichtigkeit und Qualität des Samens
- o Welche gesundheitlichen Vorteile sie bringen und wie sie Mangelerscheinungen ausgleichen können.

Anschließend gibt es zur Verkostung verschiedenste Sprossenarten.

Danach bereiten wir gemeinsam einen biologisch, vegetarisch schmackhaften Sprossenburger zu. Gemeinsam genießen wir die stärkende Kraft der Sprossen



Marlene Hilpold

Anmeldung: (bis 10.11.2018)

Marlene Hilpold

Preis:

€ 48,-

0664/9210889

www.eisenbergerhof.at



Begegnung & Gesundheit
Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen

