

---

## Knackig und frisch, kommen jetzt Kräuter auf den Tisch!

*Kochen mit frischen Kräutern!*

Wie Kräuter als Würze dienen können und so Geschmacksverstärker und Co. ablösen, erfahren Sie in diesem Kochkurs. Neben Tipps zum Anbau bereiten wir selbst Kräutersalz zu und erfahren etwas über diverse Wirkungen der Kräuter auf unseren Körper. Am Programm stehen außerdem: die Zubereitung von süßen bis pikanten Kräuterspeisen, die Herstellung von Grillöl sowie die Zubereitung von Kräutersirup, Rosengelee und einem Kräuterdessert. Sie erfahren, wie vielfältig das Angebot aus der Natur ist und wie Sie Kräuter, die möglicherweise vor Ihrer Haustüre wachsen, in Ihren Speiseplan einbauen können.

**Termin:** Sa, 9. Juli 2022

**Uhrzeit:** 09:00 - 13:00 Uhr

**Kursbeitrag:** € 36,--

**Referentin:** Seminarbäuerin Nina Lederer

**Kursort:** landw. Bezirksreferat Oberwart

### **Anmeldung/Auskunft:**

BR Oberwart

T: 03352/32308

E: office@oberwart.lk-bgld.at

**Anmeldung bis:** Fr, 1. Juli 2022