

Wilde Vollwertküche in den Urner Alpen

Fünf Tage vegetarisch und vollwertig kochen, wandernd den Bergfrühling geniessen, Wildkräuter sammeln und verarbeiten, kneipen und diskutieren - alles in der wunderschönen Landschaft des Lidernengebietes.

Vom 4. - 8. Juni 2012

In der Lidernenhütte SAC, 6452 Riemenstalden
www.lidernenhuette.ch, 041 820 29 70

Fr. 780.-- pro Person inkl. Übernachtung in Matratzenlager, Vollpension und Kursunterlagen.

Anmeldung bis am 15. April 2012 an:
Irène Kamer, Gesundheitsberaterin GGB und Hüttenwartin der Lidernenhütte SAC.

info@lidernenhuette.ch 041 741 12 07.

Der Kurs wird bei mind. 3 bis max. 6 Personen durchgeführt.

Aus dem Inhalt: Getreide und ihre Verwendung, Frischkost in verschiedenen Variationen, Brot backen, Kennenlernen von wild wachsenden Kräutern, Kochen ohne tierisches Eiweiss.