



KRÄUTERERFAHREN MIT ALLEN SINNEN



NEWSLETTER März 2021

Liebe Kräuterbegeisterte, die dunkle Jahreszeit ist vorbei und die Sonne lockt die ersten Frühlingsboten aus der Erde. Bei diesem schönen Wetter, werden im Garten Aufräumarbeiten gemacht und der erste Vogersalat geerntet. In der Frühlingzeit haben die Wildkräuter die stärkste Kraft.

	<p>Ätherisches Öl - IMMORTELE (<i>Helichrysum italicum</i>)</p> <p>Der Frühling hat Einzug genommen und die Kinder spielen wieder mehr im Freien. Blaue Flecken und kleine Schrammen sind vorprogrammiert. Dazu leistet das ätherische Öl, der Immortelle, einen guten Dienst. Die Pflanze, wird auch Strohblume oder Currykraut genannt und das ätherische Öl, wird aus dem blühenden Kraut gewonnen. Wirkt Hämatom auflösend, hautpflegend und ausgleichend. Es ist ein sogenannter „Haut und Seelenschmeichler“ und wird bei körperlichen, wie auch bei seelischen Verletzungen, gerne angewendet. Achtung bei Korbblütlerallergie und für Kinder unter 3 Jahre nicht geeignet. Das Hydrolat (Pflanzenwasser), das bei der Destillation gewonnen wird, wird gerne als Notfallspray bei stumpfen Verletzungen und in der Hautpflege verwendet.</p> <p>Ätherische Öle, der Firma Feeling, können über mich bestellt werden!</p>
	<p>Vogelmiere (<i>Stellaria media</i>)</p> <p>Die Vogelmiere kann das ganze Jahr als Salatbeigabe geerntet werden. Sie wächst am Waldrand, Garten und Waldböden. Sie wird auch als Hühnerdarm bezeichnet. Wenn man den Stängel bricht, sieht der Mittelteil aus wie ein Darm. Die Vogelmiere hat einen zarten Erbsengeschmack und hat sehr viel Vitamin C und Kalium. Ein Ölauszug aus Vogelmiere ist eine Wohltat für die Haut und wirkt leicht entzündungshemmend. Innerlich ist die Vogelmiere ein sogenanntes Lungenkraut und wirkt schleimlösend.</p> <p>Vogelmierepesto:</p> <p>150g Vogelmiere, 9 EL Olivenöl, Salz, 60g Pinienkerne, 60g Parmesan, Pfeffer Vogelmiere und Olivenöl im Mixer pürieren, Pinienkerne, Salz, Pfeffer und Parmesan hinzufügen und mixen. In Gläser abfüllen und mit Öl aufgießen.</p>
	<p>Ostereierfärben mit Naturmaterialien</p> <p>In einem Topf mit Wasser ordentlich rote Zwiebschalen geben, und ca 15 Minuten köcheln lassen. Man kann die Eier vorher noch mit Blüten verzieren, einen Strumpf drüber geben und anschließend vorsichtig in den Sud legen. Ziehen lassen bis das Farbergebnis erreicht wurde. Kurkuma gibt eine gelbe Farbe.</p>
 <p>INEU AB APRIL 2021 JEDEN 3. DONNERSTAG IM MONAT!</p> <p>KRÄUTERSTAMMTISCH</p>	<p>INEU „KRÄUTERSTAMMTISCH“ AB 15. APRIL 18:00 Uhr!</p> <p>Für Kräuterbegeisterte jeden 3. Donnerstag im Monat im neuen Kräuterhaus in Glawoggen!</p> <p>Wir werden Wissen austauschen und Produkte herstellen, Thema im April: Frühlingskräuter und deren Wirkung!</p> <p>Bitte um Anmeldung!</p>
	<p>Workshops 2021 im neuen Kräuterhaus!</p> <p>27.03.2021 9-13 Uhr Grundkurs Seifensieden – ausgebucht!</p> <p>17.04.2021 9-13 Uhr Körperpflegeprodukte (Salben, Zahnpasta,..)</p> <p>21.04.2021 18-21 Uhr Ätherische Öle für Kinder</p> <p>24.04.2021 9-13 Uhr Grundkurs Seifensieden</p> <p>29.05.2021 9-13 Uhr Kräuterwanderung rund um den Kleeberg</p> <p>12.06.2021 9-13 Uhr Wildkräuterküche</p> <p>25.06.2021 15-18 Uhr Kräuterwanderung für GROSS und KLEIN</p> <p>Weitere Termine unter www.kraeutererfahren.at</p> <p>Freu mich über eure Anmeldung auf meiner Homepage oder unter 0664 5622753!</p>