

FRÜHLINGSFRISCHER KRÄUTERABEND



Lernt einige Frühlingskräuter kennen und was wir daraus machen können.

Bärlauch (blutreinigend)

Brennnessel (entschlackend, haarwuchsfördernd)

Gänseblümchen (entschlackend)

Löwenzahn (Bitterstoffe)

Vogelmiere (blutreinigend)

Wir machen gemeinsam ein Bärlauchpesto, ein Brennnesselshampoo, eine Gänseblümchensalbe und für die Figur eine hautstraffende Efeucreme.

Dazu gibt es kulinarische Tipps um den Stoffwechsel anzukurbeln.

Ihr nehmt von allen Produkten, die wir herstellen, etwas mit nach Hause.

Dazu noch ein Rezeptheft um weiteres auszuprobieren.

