

## Referentin für

Schulen & Kindergärten  
gesundes Dorf  
PH Baden

zu den Themen  
Wildkräuter, essbare Blüten,  
einheimische Laub- und Nadelbäume  
Lebensraum Streuobstwiese  
Gesunde Jause

## Schaugarten -Spezialführungen

und Gartenwandern mit Bella Bayer  
in und um Hartberg

## Fixe Ausstellerin bei ausgesuchten Märkten

Adventmeile Rust Kremayrhaus  
Ostermarkt Rust Kremayrhaus  
Pflanzerlfest Rust  
Garten-Kräuter-Genuss-Markt Purbach  
Rosenfest Bad Sauerbrunn  
Purbacher Türkenfest  
Gans-Genussfestival Rust

mit

Naturkosmetik

Räucherwerk & Zubehör

Heilkräuter-Duftkerzen & Kräutertees

V1.6 Mai 2016



## Manuela STRICKER

7212 Forchtenstein, Höhenstr. 84

0680 / 14 49 245

manu.stricker @ tele2.at

www . hagesusse . com

Geführte Kräuterwanderungen im  
jahreszeitlichen Ablauf

ganzheitliche Kräuterworkshops

Kochkurse mit essbaren Blüten und  
Kräutern im Jahreskreis

Baumseminare

Informationsabende

Kräuter/Garten-Projekte

Naturkosmetikworkshops



## Lebensqualität & Genuss mit Kräutern

Wild- und Frauenkräuter im  
Jahreskreis



## Manuela Stricker

Kräuterpädagogin & Naturvermittlerin  
Aromatologin i.A.

## Kräuterwanderungen

Immer mehr Menschen wünschen sich eine Rückbesinnung zur Natur, eine Auszeit und Entschleunigung des von Hektik und Stress geplagten Alltags und eine Hinwendung zu mehr Lebensqualität, Freude und persönlicher Entfaltung.

Kaum einer kennt die Pflanzen, Sträucher und Bäume, die in unseren Wäldern, auf unseren Wiesen und Feldern wachsen, beim Namen und weiß, welche Geheimnisse, Geschichten und Überraschungen sie für uns bereit halten.

Viele "Unkräuter" rund um unser Haus, wie die Brennessel, der Giersch, die Gundelrebe und der Löwenzahn, werden oft mit Nichtbeachtung bestraft, dabei sind sie doch mächtige Heilkräuter und Zauberpflanzen, deren wahres Wesen sich erst auf den zweiten Blick offenbart.

Begleiten Sie mich auf einem Streifzug durch die Natur. Bekommen Sie wieder ein Gespür für den Wandel der Jahreszeiten und erwecken Sie das Kind in sich, um voller Staunen und Freude ihre Verbindung zur Mutter Erde neu zu entdecken.

## Kräuter-Workshops

Wildkräuter sind in großer Auswahl in der Natur frei verfügbar. Sie bereichern den Speisezettel und zeichnen sich durch ihren hohen Gehalt an wertvollen Inhalts- und Vitalstoffen aus.

Unsere Vorfahren sammelten jahrtausendlang Wildpflanzen. Sie waren Nahrung und Medizin zugleich. Im täglichen Gebrauch lernten sie die Eigenschaften und Wirkungen der Pflanzen kennen und gaben dieses Wissen von Generation zu Generation weiter. Einige wenige standen mit den Pflanzendivas und Naturgeistern in Verbindung. Sie hatten Achtung und Respekt vor der Natur und wussten um die Zusammenhänge im Universum, wie die Hagesussen oder Heckensitzerinnen, die man in späterer Zeit als Hexen bezeichnete.

Lernen Sie eine Pflanze aus verschiedenen Blickpunkten kennen

- als Duftpflanze, Heilpflanze, kulinarischen Leckerbissen, Tee- und Räucherpflanze, Frauenkraut, Schönheitsmittel der Natur,
- als Pflanze der Sagen und Mythen,
- und als persönlichen Begleiter, an der man wachsen und sich erfreuen darf.

## Blütenküche

In vergangenen Jahrhunderten waren Blüten wegen ihres Duftes und ihres Aromas außerordentlich geschätzt.

Bereits die Römer verwendeten Malven, Nelken, Fenchel, Veilchen, Rosen und Lavendel. Ringelblumen, Orangenblüten, Lilien und Chrysanthemen sind in der asiatischen Küche seit mehr als tausend Jahren bekannt.

Blüten und Wildkräuter lassen sich kulinarisch auf vielfältige und phantasievolle Weise verwenden

- für farbenfrohe Blütenbutter, Aufstriche und Salate, duftende Öle und aromatische Essige,
- in Vorspeisen, als dekorativer Augenschmaus in Suppen und Aufläufen,
- in köstlichen Zuckermischungen und als verzuckerte Blüten zum Verzieren von Torten, Keksen und Desserts.
- In Likören, Weinen, Bowlen, Sekt und im Kaffee erfreuen sie uns zu Beginn oder als Abschluss eines fulminanten Blütenmenüs.

Entdecken Sie mit mir eine neue Welt des Genusses und lassen Sie sich von den Blüten und Kräutern der Saison verzaubern.