Botanicals und grüne Wildkräuter-Smoothies

Grüne Mixgetränke aus Früchten, grünem Blattgemüse und Kräutern schmecken köstlich und sind besonders mühelos in der Zubereitung.
Bei einer kleinen Kräuterwanderung werden aufbauend auf die vorhandenen Grundkenntnisse das Wissen über die heimische Kräuterwelt vertieft und die wichtigsten saisonalen Wildkräuter gesammelt.

Heimische Wildkräuter lassen sich wunderbar zu grünen Vitaminbomben schmackhaften Getränken verarbeiten: Sirupe, Limos, Shrubs, Oxymele und vieles mehr.

Die grünen Mixgetränke aus Früchten, grünem Blattgemüse und Kräutern schmecken köstlich, sind rasch zubereitet und sind lebendige Nahrung. Die Teilnehmenden lernen hier, wie grüne Smoothies selbst zubereitet werden können.
Inhalt:
Kennenlernen der wichtigsten saisonalen Wildkräuter
mixen der verschiedensten Köstlichkeiten
Mix-Rezepte: Gesundes, Süßes, Pikantes, Erfrischendes

Eingangsvoraussetzung:
Kräutervorkenntnisse erwünscht

Änderungen vorbehalten.

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	4 Einheiten
Kursbeitrag:	55,00 €
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, Gesundheitsbewusste, Interessierte, Kräuterpädagog:innen
Mitzubringen:	festes Schuhwerk für eine kleine Kräuterwanderung, wetterfeste Kleidung

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at