Stärken Sie Ihr Immunsystem mit Kombucha!

Kursbeginn: 15.03.2023

Beginn: 18:00 Uhr
Ende: 21:30 Uhr

Beschreibung:

Kombucha ist ein fermentiertes Getränk, das bereits vor Christi Geburt als Mittel zur Erlangung der Unsterblichkeit angesehen wurde. Es hatte damals den Namen „Pilz des langen Lebens“ oder auch „Zauberpilz“ und den Ruf ein Universalheilmittel zu sein. Kombucha wirkt ganzheitlich und fördert die Selbstheilungskräfte des Körpers. Lästige Symptome können verbessert werden oder sogar verschwinden.

Bereiten Sie Ihr eigenes „Zaubergetränk“ zu. Alles was Sie dafür brauchen, bekommen Sie an diesem Abend. Sie erfahren Wissenswertes zum Thema Fermentation/Kombucha und verkosten Kombucha in verschiedenen Geschmacksrichtungen. Sie lernen Ihren eigenen Kombucha-Pilz kennen und nehmen ihn mit nach Hause.

Inhalte:

- Informationen zum Thema Fermentation und Kombucha
- Anleitung und praktische Tipps für Ihren Kombucha-Erfolg zuhause
- Ideen für die Weiterverarbeitung des Getränks zu Kombucha-Snacks
- Kombucha-Snacks zum Verkosten

Sie werden sehen, es ist so einfach wie Tee kochen und dabei so gesund und vielseitig! Alle Infos, Tipps und Rezepte bekommen Sie zusammengefasst in einem Booklet für zuhause zum Nachlesen!

Referentin: Mag.a Andrea Bierwolf (Fermentista aus Leidenschaft, Dipl. Ernährungstrainerin, Dipl. Mentaltrainerin) www.fermentista.at

Seminarbeitrag: 72,- inkl. Kombucha Kultur für Zuhause, Kombucha-Kostproben und Rezeptheft mit allen wichtigen Infos, Anleitungen und Rezepte

Zielgruppe: Alle Interessierten, keine Vorkenntnisse erforderlich

Max. TeilnehmerInnenzahl: 15

Foto: (c) mehralsnuressen