

Arheilger Mühlchen

Der Kräutertisch war reich gedeckt



(kd) Bei sonnigem Wetter führte die Heilpraktikerin und Kräuterexpertin Pia Herrmann (www.herrmann-naturheilpraxis.de) die 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer kundig und vor allem sehr unterhaltsam in die Welt der heimischen Kräuter ein. Auf der Veranstaltung wurden sieben Kräuter vorgestellt: Die Brennnessel, die gut bei Osteoporose oder Rheuma wirkt, das Labkraut, das vor schlechten Träumen schützt, wenn man es als Kranz gebunden unter das Bett legt, den Spitzwegerich, der gut bei trockenen Husten wirkt und bei Mückenstichen hilft, den Quendel, der auch als wilder Thymian bekannt ist, die Ackermelde, die Giersch, die wahrscheinlich jeder aus seinem Garten kennt und den Holunder.

5-Gänge-Kräutermenü

Die Kräuter waren aber nicht nur zum Riechen und Anfassen da, sondern vor allem auch zum Verzehr. Auf die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wartete ein richtiges Kräutermenü zum Testen. Den Auftakt machte eine Brennnesselsuppe, die allen sehr gut geschmeckt hatte.

Weiter ging es mit einem Kräuterbrot mit allen sieben Kräutern. Dazu gab es Kräuterquark. Danach folgten Parmesan-Kräuter-Taler und Kräuterblättertighäppchen. Auch auf den Nachtsch musste niemand verzichten: Hier gab es ein Holundertiramisu in kleinen Gläschen, das nicht nur toll aussah, sondern auch hervorragend schmeckte. „Es ist faszinierend, was man aus wenig Zutaten und ein paar Kräutern alles machen kann“, freut sich die Vorsitzende des Fördervereins Karin Döbelmann über die gelungene Veranstaltung. Zu all dem gab es spannende Kräutergeschichten und Wissenswertes über die Heilkraft der Kräuter.

Der Förderverein bedankt sich

Der Förderverein Naturbadesee Arheilger Mühlchen e.V. dankt allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern für ihr Interesse und für ihre großzügigen Spenden. Ein ganz besonderer Dank geht an Pia Herrmann für ihre tolle Unterstützung. Aktuelles und alle weiteren Veranstaltungen finden Sie im Internet unter www.muehlchen.de