



Kräuterexkursion

8 Teilnehmer nahmen unter Einhaltung der Hygienebedingungen an der Kräuterexkursion am Sa. 06.06.2020 teil. Unter der fachkundigen Führung von Kräutereexpertin Birgit Lehmeier ging es durch die Flur in Rübländen. Birgit Lehmeier erklärte die Wirkung und Verwendungsmöglichkeiten von Kräutern die in unserer nächsten Umgebung überall zu finden sind. Die Teilnehmer wissen jetzt, dass nicht nur die Blütenblätter der Korn- und Mohnblumen, sondern auch die Blätter von Wild- oder Heckenrosen durchaus schmackhaft in Salaten oder Frischkäsegerichten verwendet werden können.



Kräutereexpertin Birgit Lehmeier



Zwei der Teilnehmerinnen



NaturFreunde Lauf



Gänsefingerkraut wurde gesichtet, welches z.B. krampflösend wirkt. Die Brennnessel, die überall zu finden ist, bietet vielseitige Anwendungsmöglichkeiten. Einen Tee für alle Tage selbstgemacht? Kein Problem aus Blättern von Himbeere, Brombeere und Erdbeere. Und viele weitere Kräuter wurden von Frau Lehmeier fachmännisch erklärt. Aber bevor man auf eigene Faust loslegt ist es ratsam mehr über die heimischen Kräuter zu erfahren. Am besten bei einer Führung mit Frau Birgit Lehmeier. Zum Abschluss gab es für die Teilnehmer noch eine kleine Kostprobe: Holundermuffins mit einem Quark-Frischkäse-Rosen-Topping, dekoriert mit Kornblumenblüten und einen Holunderlikör.



Weitere Teilnehmer



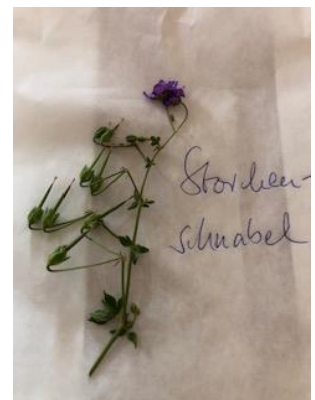
Wiesensalbei



Schafgarbe



Kerbelrübe



Storchenschnabel