

## Kräuterführungen und Wildkräuterkochkurse 2023 in Bad Tölz

17.3.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuter Kochkurs. Pure Kraft zur Stärkung aus der heimischen Natur. Die Saison der Wildkräuter ist eröffnet und lädt zum Kochen ein. Von Vorspeise bis Nachtisch eine Bereicherung.

14.4.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuterkochkurs: Kochen rund um Ostern; Zubereitung traditioneller Kräutergerichte mit Wildkräutern. Von Vorspeise bis Nachtisch, etwas Besonderes. Einfach und gut.

5.5.2023      13.00 Uhr      Kräuterführung

Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

12.5.2023      13.00 Uhr      Kräuterführung

Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

16.6.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuterkochkurs: Der Zauber des Holunders, die Holunderblüten warten auf uns, zubereitet zu werden. Von Vorspeise bis Nachtisch, wir lassen uns verwöhnen.

14.7.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuter Kochkurs. Pure Kraft aus der heimischen Natur. Alles hat seine (Jahres)Zeit. Regional und saisonal kochen und Wildkräuter nutzen. Von Vorspeise bis Nachtisch ein Genuss.

13.10.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise in Bad Tölz mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuter Kochkurs. Pure Kraft aus der heimischen Natur. Alles hat seine (Jahres)Zeit. Regional und saisonal kochen und Wildkräuter nutzen. Von Vorspeise bis Nachtisch wir genießen es.

## Kräuterführungen und Wildkräuterkochkurse 2023 in Egling

31.3.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise im nahegelegenen, idyllischen Wald in Egling im oberbayrischen Oberland zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter im Wald, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuterkochkurs: Kochen mit Wildkräutern in der Vorosterzeit; Zubereitung traditioneller Kräutergerichte mit Wild Kräutern. Von Vorspeise bis Nachtisch, etwas Besonderes. Einfach und gut.

28.4.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise im nahegelegenen, idyllischen Wald in Egling im oberbayrischen Oberland zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter im Wald, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuter Kochkurs. Pure Kraft aus der heimischen Natur. Alles hat seine (Jahres)Zeit. Regional und saisonal kochen und Wildkräuter nutzen. Von Vorspeise bis Nachtisch wir genießen es.

30.6.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise im nahegelegenen, idyllischen Wald in Egling im oberbayrischen Oberland zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter im Wald, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuterkochkurs: Der Zauber des Holunders. Die Holunderblüten warten auf uns, zubereitet zu werden. Von Vorspeise bis Nachtisch, wir lassen uns verwöhnen.

28.7.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      30,--    13.00 Uhr      Wildkräuterkochkurs    85,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise im nahegelegenen, idyllischen Wald in Egling im oberbayrischen Oberland zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter im Wald, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

Wildkräuter Kochkurs. Pure Kraft aus der heimischen Natur. Alles hat seine (Jahres)Zeit. Regional und saisonal kochen und Wildkräuter nutzen. Von Vorspeise bis Nachtisch wir genießen es.

### **Kräuterführungen 2023 in Kochel und am Walchensee**

24.3.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      Kochel                      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise im nahegelegenen Kochler Moor zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin Pflanzenbesonderheiten im Moor, wie wir Wildkräuter erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

5.4.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      Kochel                      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise im nahegelegenen Kochler Moor zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin Pflanzenbesonderheiten im Moor, wie wir Wildkräuter erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

23.6.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      Kochel                      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise im nahegelegenen Kochler Moor zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin Pflanzenbesonderheiten im Moor, wie wir Wildkräuter erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

21.7.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      Walchensee                30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise am idyllischen Walchensee am Fuße der oberbayrischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin Pflanzenbesonderheiten, wie wir Wildkräuter erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

22.9.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      Walchensee      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise am idyllischen Walchensee am Fuße der oberbayrischen Berge zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin Pflanzenbesonderheiten, wie wir Wildkräuter erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

### **Kräuterführungen Gaissach**

6.4.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      Gaissacher Moor      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise in den Gaissacher Filzen mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge, ein besonderer Ort zum Genießen, Innehalten und zur Ruhe zu kommen zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

19.5.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      Gaissacher Moor      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise in den Gaissacher Filzen mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge, ein besonderer Ort zum Genießen, Innehalten und zur Ruhe zu kommen zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin heute neben besonderen Pflanzen, die schützenswert sind, gewöhnliche Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

6.10.2023      9.00 Uhr      Kräuterführung      Gaissacher Moor      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise in den Gaissacher Filzen mit der Kulisse auf die vor Ihnen liegenden Oberbayerischen Berge, ein besonderer Ort zum Genießen, Innehalten und zur Ruhe zu kommen zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

### **Kräuterführungen Gelting**

6.4.2023      13.00 Uhr      Kräuterführung      Gelting      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise entlang der Loisach, ein Ort zum Genießen, Innehalten und zur Ruhe zu kommen, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

19.5.2023      13.00 Uhr      Kräuterführung      Gelting      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise entlang der Loisach, ein Ort zum Genießen, Innehalten und zur Ruhe zu kommen, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

6.10.2023      13.00 Uhr      Kräuterführung      Gelting      30,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise entlang der Loisach, ein Ort zum Genießen, Innehalten und zur Ruhe zu kommen, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste.

### **Kräuterführungen München**

Donnerstag    13.4.22      15.00 Uhr      Pullach      3 Std.      mit Kräuterpicknick      45,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise am Isarhochufer, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste. Mit einem Kräuterpicknick lassen wir uns verwöhnen.

Mittwoch      17.5.22      15.00 Uhr      englischer Garten      3 Std.      mit Kräuterpicknick      45,-- €

Auf unserer Entdeckungsreise im englischen Garten mitten in München, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste. Mit einem Kräuterpicknick lassen wir uns verwöhnen.

Donnerstag	15.6.22	15.00 Uhr	Pullach	3 Std.	mit Kräuterpicknick	45,-- €
------------	---------	-----------	---------	--------	---------------------	---------

Auf unserer Entdeckungsreise am Isarhochufer, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste. Mit einem Kräuterpicknick lassen wir uns verwöhnen.

Mittwoch	12.7.22	15.00 Uhr	englischer Garten	3 Std.	mit Kräuterpicknick	45,-- €
----------	---------	-----------	-------------------	--------	---------------------	---------

Auf unserer Entdeckungsreise im englischen Garten mitten in München, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste. Mit einem Kräuterpicknick lassen wir uns verwöhnen.

Donnerstag	28.9.22	11.00 Uhr	Pullach	3 Std.	mit Kräuterpicknick	45,-- €
------------	---------	-----------	---------	--------	---------------------	---------

Auf unserer Entdeckungsreise am Isarhochufer, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste. Mit einem Kräuterpicknick lassen wir uns verwöhnen.

Freitag	20.10.22	11.00 Uhr	englischer Garten	3 Std.	mit Kräuterpicknick	45,-- €
---------	----------	-----------	-------------------	--------	---------------------	---------

Auf unserer Entdeckungsreise im englischen Garten mitten in München, zeige ich Ihnen, Angelika Spöri, Kräuterpädagogin und Ernährungswissenschaftlerin alles rund um Wildkräuter, wie wir sie erkennen können, was sie uns kulinarisch bieten und was die Volksmedizin über sie wusste. Mit einem Kräuterpicknick lassen wir uns verwöhnen.

### Zusätzliche Workshops

3.2.2023	9.00 Uhr Kochen mit getrockneten Wildkräutern	85,--€
----------	---	--------

Wildkräuterkochkurs: Pure Kraft, wenn die Natur zur Ruhe zur Ruhe gekommen ist. Regionale Wildkräuter nutzen. Von Vorspeise bis Nachtisch ein Genuss.

10.2.2023	9.00 Uhr Salbenworkshop:	85,--€
-----------	--------------------------	--------

Workshop: Loslassen, entspannen, wohlfühlen. Wir stellen eine naturbelassene Gesichtscreme und Salben her. Ein kleiner Imbiss stärkt uns.

1.12.2023 9.00 Uhr Kochen mit getrockneten Wildkräutern 85,--€

Wildkräuterkochkurs: Pure Kraft, wenn die Natur zur Ruhe zur Ruhe gekommen ist. Regionale Wildkräuter nutzen. Von Vorspeise bis Nachtisch ein Genuss.

8.12.2023 9.00 Uhr Salbenworkshop: 85,--€

Workshop: Loslassen, entspannen, wohlfühlen. Wir stellen eine naturbelassene Gesichtscreme und Salben her. Ein kleiner Imbiss stärkt uns.

### **Änderungen vorbehalten.**

Sollte im März und April noch Schnee liegen, entfallen die Kräuterwanderungen und Kräuterkochkurse. Bitte bei allen Kursen mit mir nochmals kurzfristig Rücksprache nehmen. Danke!

### **Vegane Angebote:**

16.3.23 10.00 Uhr Zubereitung von verschiedenen veganen Brotaufstrichen 65,-- €

13.4.23 10.00 Uhr Zubereitung von verschiedenen veganen Brotaufstrichen 65,-- €

15.6.23 10.00 Uhr Zubereitung von verschiedenen veganen Brotaufstrichen 65,-- €

13.7.23 10.00 Uhr Zubereitung von verschiedenen veganen Brotaufstrichen 65,-- €

16.11.23 10.00 Uhr Zubereitung von verschiedenen veganen Brotaufstrichen 65,-- €

14.12.23 10.00 Uhr Zubereitung von verschiedenen veganen Brotaufstrichen 65,-- €



MammaLife Kurse [Link zu MammaLife Rücksparrache](#) bitte mit H. Dr. Wiedemann

05.03 – 25.03.2023.

23.04. – 13.05.2023.

09.07 – 29.07.2023.

17.09. – 07.10.2023.

15.10. – 04.11.2023.

19.11. – 09.12.2023.

Tölzer Veg [Anfragen über die Touristinfo in Bad Tölz](#)

30.4.22 – 5.5.22

4.5.22 – 6.5.22

7.5.22 – 12.5.22

11.5.22 – 13.5.22