

Gaudamenleiterin
Karola Schäffer
Esslinger Str. 8
85132 Schönhof
Tel/Fax: 08422-1472
E-Mail: Karola.Schaeffer@t-online.de



Einladung zur Kräuterwanderung am Altmühl-Panoramaweg mit einem Un-Kräuterbuffet

Die Schönhofelder Kräuterpädagogin Brigitte Zinsmeister zeigt uns bei schönster idyllischer Landschaft die vielfältigsten Anwendungen unserer Kräuter im Altmühltal. Von alten traditionsreichen Anwendungen bis hin zu extravaganteren Gaumenfreuden erklärt sie uns die Eigenschaften der oft unbekannten Kräuter unserer Region. Außerdem zeigt sie uns, welche außergewöhnlichen Produkte sich aus Kräutern herstellen lassen, zum Beispiel ein kaltes Buffet für besondere Anlässe.



Die Kräuterwanderung Unkräuter – das neue Superfood
findet statt am:

Donnerstag, den 18. Mai 2017
Beginn: 18.00 Uhr
Treffpunkt: Kräutertreff bei Brigitte Zinsmeister
Dorfanger 23, in Schönhof
Dauer: ca. 3,5 Stunden
Kosten: 18,00 € pro Person (incl. Buffet)

Ich hoffe Ihr seid neugierig geworden und meldet Euch möglichst schnell bei mir an, denn die Anzahl ist auf ca. 35 Teilnehmer begrenzt.

Rezept des Monats – Rote Beete Semmeln

250g Rote Beete geraspelt
500g Mehl
1 P. Trockenhefe
350g Buttermilch
150g Feta zerbröseln
1 Tl 7-Kräutersalz
1 Tl Zucker

Rote Beete auf ein Küchenpapier legen, um die Feuchtigkeit heraus zu ziehen.
Mit einem Knethaken alle Zutaten verkneten und „gehen“ lassen.
Semmeln formen, nochmals gehen lassen.
Bei ca. 180°C ca. 20-25 Min. goldbraun backen.

Mit freundlichen Schützengrüßen

Karola Schäffer - Gaudamenleiterin