

Wiesbadener Natur- und Wildpflanzentouren
mit Dorisa Winkenbach ARTEMIS, Wildpflanzenexpertin & Naturaromaköchin
4x im Jahr
Immer am 3. Mittwoch des Monats
von 17 Uhr - ca. 19 Uhr

Hab´ Sonne im Herzen und Kräuter im Bauch, dann kannst du gut scherzen und gesund bleibst auch. Dorisa Winkenbach

17. April Starke Power und Regeneration „Griechische Soße“, die Wildkrautvariante“

„Neunstärke“, nannten unsere Ahnen ein Frühlingsgericht, welches von sich behaupten darf, als Vorläufer der Frankfurter Grünen Soße zu gelten. Sein Ursprung geht bis in vorchristliche Zeit der Kelten zurück. Es wurde aus neun verschiedenen Wildkräutern zubereitet und als Suppe gegessen. Die Bezeichnung ist kennzeichnend für die Stärkung und Neubelebung der menschlichen Vitalkräfte nach langen, kargen Wintermonaten, durch den Genuss frischer Wildkräuter. „In meiner ARTEMIS - Naturaromaküche bringe ich die grüne Sauce mit frischen Wildkräutern nach historischem Vorbild, aber im modernen Gewand auf den Tisch.“

Treffpunkt: Wi- Sonnenberg Demeter Gärtnerei, Flandernstr. 85 Tel. 0611- 54500

19. Juni Sonne tanken - Blütezeit vieler Genuss- und Heilpflanzen

Zur Zeit der Sommersonnenwende sind Erde und Kosmos in einem intensiven Austausch. Dem können wir folgen und spüren, was in uns nach außen drängt, was sich neu verbinden möchte.

Himmel und Kosmos in uns fühlen - Die Pflanzenwelt weist uns den Weg.

Wir nehmen Nahrung aus der Natur zu uns, tanken Sommersonne und pflücken Johanniskraut – DIE Lichtpflanze –.

Entspannt, gestärkt, lebensfroh und liebevoll gehen wir auseinander und jede/jeder nimmt ein Bündel mit in die neue Woche. Für sich und zum Weitergeben.

Treffpunkt: Wi- Freudenberg Gasthaus „Zum Himmelreich“, Himmelreich 1

*DAS HERZ IST DIE SONNE, UND WIE DIE SONNE AUF DIE ERDE UND SICH SELBST WIRKT,
ALSO WIRKT AUCH DAS HERZ AUF DEN LEIB UND SICH SELBST Paracelsus*

17. Juli Herzstärkung durch Herzkräuter, Waldgesundheit und Shinrin Yoku

Weißdorn, DIE Herzpflanze, zwischen Busch und Baum angesiedelt begegnet uns auf dieser Tour. Den Wald in all seinen Facetten suchen wir zu erspüren. Seine Kraft, seine Funktion, sein Nahrungsangebot, seine Baumarten und ihr Zusammenspiel. Die Wald- und Pflanzengemeinschaft und ihre Botschaften erkennen. Kräuter, die im Wald und am Waldesrand in den feuchten Waldwiesen wachsen werden wir erkennen, unterscheiden und erfahren, für was sie gut sind.

Treffpunkt: Wi- Fischzuchtweg 1 Waldgasthaus „Fischzucht“, Parkplatz oberhalb am Wald

18. September Wildwurzeln graben „Die Wurzel aus...“ und grüner Nachwuchs

In der Wurzel liegt die Kraft, so spüren wir bei dieser Tour die nahrhaften, kraftvollen Wildwurzeln auf und schauen dabei gleich auch auf den grünen Nachwuchs, der noch einmal kräftig austreibt. Gut geeignet das Immunsystem noch mal zu stärken. Was alles mit den Wurzeln anzufangen ist, das erfahren die Teilnehmer vor Ort.

Der Ort unserer Tour, das Hofgut Adamstal feiert in diesem Jahr sein 65 jähriges Bestehen. Ein schöner Anlass gerade dort die herbstliche Wiesbadener Wildpflanzentour durchzuführen und im gemütlichen Reiterstübchen den Saisonabschluss zu feiern.

Treffpunkt: Wi-Adamstal 1, „Reiterstübchen“ Hofgut Adamstal

Immer ist eine anschließende Einkehr in dem jeweiligen Gasthaus möglich.

Investition: 18€/Kinder bis 12 Jahre frei

Beinhaltet: geführte Exkursion, Rezepte und Infos, sowie Verkostung

Anmeldung bis 1 Tag vorher erforderlich unter: 0174 41 623 123

Die Touren sind auch zu anderen Zeiten mit festen Gruppen möglich.