

## 252-S3R07 Die Welt der essbaren Wildpflanzen - Einführung

Beginn	Mittwoch, 17.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	12,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Eva Schulze-Dömötör
Kursort	VHS Simbach (Sprachraum), Innstraße 18, 84359 Simbach

Von Beginn der Menschheit vor 2.5 Millionen Jahren bis vor 7000 Jahren haben sich die Menschen weitestgehend von essbaren Wildpflanzen ernährt.

Ich gebe Ihnen eine Einführung, wie Sie diese Pflanzen in unsere heutige Alltagskultur und Ernährung wieder aufnehmen können. Es geht dabei um die Möglichkeit unsere Ernährung zu "verwildern". Die Wildpflanzen stärken unser Immunsystem. Das ist in unserer heutigen schnelllebigen und herausfordernden Zeit ein wichtiges Thema. Die Nährstoffe, die sie enthalten, sind in größerer Menge vorhanden und von besserer Qualität als in Kulturpflanzen. Viele von ihnen sind auch Heilpflanzen. Zudem finden Sie die Pflanzen sozusagen direkt vor der Haustür und das kostenfrei.

Sie können sie auch in Ihren Garten oder Balkon holen. Damit unterstützen Sie auch die Insekten und andere Tiere indem sie ihnen eine Nahrungsquelle bieten.

Sie lernen die wichtigsten Pflanzen kennen und bekommen einige Rezepte vorgestellt.

Trauen Sie sich heran an Smoothies, Brennesselkuchen und Löwenzahnsalat.

### Termine

Datum		Ort
17.09.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Innstraße 18, Simbach, VHS Simbach, Sprachraum

[zur Kursdetail-Seite](#)