

### **„Ach du grüne Neune!“ (April, Mai)**

Bei dieser Wanderung machen Sie Bekanntschaft mit ersten Frühlingskräutern, die unseren Stoffwechsel anregen. Anschließend stärken wir uns mit einem Süppchen.

### **„Immer der Nase nach...“ (April, Mai)**

...geht es bei diesem Kräutergang. Wir suchen nach Bärlauch und anderen starken Düften und genießen den Zauber des Frühlingswaldes. Eine Verkostung schließt sich an.

### **„Hier ein Blättchen, dort ein Blättchen ...“ (April, Mai)**

Frisch und saftig grün strecken sich zahlreiche Wildkräuter der Frühlingssonne entgegen. Viele sind reich an wertvollen Inhaltsstoffen und können unseren Organismus auf Trab bringen. Wir sammeln geeignete Kräuter für einen Wildsalat und stellen ein Kräutersalz her.

### **„Mai-Wuchs“ (Mai)**

Wir widmen uns heimischen Baumarten und den Geschichten, die sich um sie ranken. Besprochen wird auch, wie wir sie in der Küche verwenden können. Eine kleiner Imbiss rundet die geführte Wanderung ab.

### **„Essbare Blüten“ (Mai, Juni)**

Blumen sind nicht nur eine Augenweide und Wohltat für die Seele! Man kann sich ihre Blüten auch auf der Zunge zergehen lassen. Bei welchen das möglich ist, erfahren Sie unterwegs in der Natur. Wie es schmeckt, erleben Sie im Anschluss.

### **„Tischlein, deck dich“ (Mai bis Juli)**

Unterwegs in der Natur lernen Sie Pflanzen kennen, die sich als wildes Gemüse für unseren Speiseplan eignen. Zubereitung und Verkostung im Anschluss.

### **Die Kräuterwelt rund um St. Jakob (Mai bis August)**

Das romanische Kleinod St. Jakob liegt am Rand von Plattling unmittelbar an der Isar. Wir erkunden bei einem Spaziergang dieses botanisch und kulturell interessante Gebiet. Heimische Pflanzen und ihre kulturgeschichtliche Bedeutung werden ebenso erläutert wie heutige Nutzungsmöglichkeiten.

### **„Sauer macht lustig“ (Mai bis Juli)**

Die Sommer-Salat-Küche macht Lust auf einen guten Essig. Mit besonderen Wildkräutern und Früchten aromatisiert, gewinnt Salatessig an Qualität und erhält eine ganz spezielle Note. Geeignete Pflanzen lernen wir bei einem Kräutergang kennen und stellen einen individuellen Kräuter-Früchte-Essig her. Bitte mitbringen: eine saubere Flasche.

### **„Wer Kräuter sammelt nach Johanni, der macht sich umsonsten an!“ (Juni, Juli)**

Was es mit dieser Redewendung auf sich hat, erfahren Sie bei einer Wanderung. Sie erhalten außerdem Anleitungen zum Sammeln und Aufbewahren von Kräutern und erfahren einiges über die Herstellung von Heil- und Massageölen.

### **„In der Luft liegt Kräuterduft“ (Juni bis August)**

Pflanzen mit ätherischen Ölen sind der Schwerpunkt dieser Kräuterwanderung. Sie erfahren, wie sie wirken und wozu sie verwendet werden können. Einige verarbeiten wir zu einem Duftsäckchen, das Sie mit nach Hause nehmen.

### **„Vom Wegrand in die Räucherschale“ (Juni bis August, auch als Vortrag)**

Bei dieser Exkursion wenden wir uns Pflanzen zu, die sich zum Verräuchern eignen. Wir erleben ihren Duft und ihre Wirkung und beschäftigen uns mit der Praxis des Räucherns.

### **„Was bitter dem Mund, ist dem Magen gesund“ (Juni bis August)**

Wir sammeln Kräuter für unseren eigenen „Magenbitter“. Bitte mitbringen: eine Flasche Wodka und eine leere Flasche

### **„Pflanzenzauber“ (Juli)**

Im kühlen Schatten des Auwaldes lernen wir fast vergessene Heil- und Zauberpflanzen kennen. Abgerundet wird der Ausflug kulinarisch.

### **„Bei Hagedorn und Stachelröschen“ (Juli bis September)**

Eine Wanderung, bei der Sie Heckensträucher kennenlernen und etwas über die Verwertung der Blüten und Früchte erfahren. Anschließend sind Sie zu einem kleinen Imbiss eingeladen.

### **„Tränke brauen wie Miraculix“ (August, September, auch als Vortrag mit Verkostung)**

Heiße Getränke aus Wildkräutern und Früchten stehen diesmal im Mittelpunkt. Was Unkraut zu einem Heilkraut macht, was bei der Zubereitung eines Kräutertees zu beachten ist und wie ein Punsch ohne Alkohol munden kann - das hören und verkosten Sie nach dem Kräutergang.