

---

## Die Kunst des Teemischens

Dass eine Tasse Kräutertee nicht nur gut schmeckt, sondern auch eine heilkräftige Wirkung auf unseren Organismus hat, ist bereits seit Jahrtausenden von Jahren bekannt. Mit Tee verbindet man Genuss, Entspannung, Tradition und Geschichte.

Um sich seine individuelle Teemischung mit den Lieblingskräutern ganz nach eigenem Geschmack, Vorrat und Wirkungsweise zusammenstellen zu können, braucht es schon etwas Know-how wie:

- Porträt einiger Wild- und Gartenkräuter
- Was beim Sammeln, Trocknen und Zubereiten von Teekräutern zu beachten ist
- Welche Kräuter sinnvoll kombiniert werden können und welcher Wirkweise sie zugeordnet sind
- Rezepte für Teemischungen

Kreiere deine 2 persönlichen Teemischungen zum mit nach Hause nehmen.

---

### Information

<b>Kursdauer:</b>	3 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	32,00 € Teilnahmebeitrag (plus Materialkosten € 6)
<b>Fachbereich:</b>	Gesundheit und Ernährung
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Mitzubringen:</b>	2 kleine Gläser

### Verfügbare Termine