

ANTL lädt zur Bärlauch-Genusstour ein Kräuter und deren heilende Kräfte entdecken

TECKLENBURG. Genusswandern bedeutet in aller Ruhe die Natur zu entdecken und die Schönheit der Landschaft sowie die Heilpflanzen am Wegesrand wahrzunehmen. Auch das leibliche Wohl gehört zum Genuss. Jetzt im Frühling bietet die Natur viele Heilpflanzen, die in der Küche kulinarische

Gaumenfreuden sind – ob als Gewürz von Nudelgerichten, Suppen und Soßen oder verarbeitet zu Pesto oder Brotaufstrichen.

Nach dem Motto „Bärlauch – ein kulinarischer Genuss“ bietet ANTL am Freitag, 20. April, von 15.30 bis 18.30 Uhr unter der Leitung von Brigitte Schürkamp eine

Heilpflanzenwanderung an. Die reine Wanderzeit beträgt rund 90 Minuten. Dabei werden die Heilpflanzen vorgestellt, ihre Inhaltsstoffe, Wirkungen und Zubereitungsmöglichkeiten.

Im Mittelpunkt steht der Bärlauch, über den es Wissenswertes zu erfahren gibt. So wird der Bärlauch in der

Volksmedizin als Entschlackungspflanze, zur Blutreinigung oder gegen hohen Blutdruck verwendet.

Im Anschluss werden Wildkräuterdips und Brotaufstriche hergestellt, die mit selbst gebackenem Brot und Heilkräutertee verköstigt werden. Es wird ein Kostenbeitrag in Höhe von 15

Euro erhoben inklusive aller Zutaten für die Kostprobe.

Treffpunkt ist das Naturschutzzentrum „Sägemühle“, Bahnhofstraße 73. Eine Anmeldung ist erforderlich bis Dienstag, 17. April, in der Geschäftsstelle der ANTL unter ☎ 0 54 82/92 92 90 oder per E-Mail: naturschutzzentrum@antl-ev.org.