

Die Gourmet-Wildkräuterküche von Ulrike Sprick

Wildkräuterkunde
Altes und Neues Wissen
von Heilpflanzen gesund leben
Kräutergänge, -Kochkurse
und mehr



Infos:



Kräutergänge, Kochkurse, Basische Kost, Naturkosmetik, Workshops - Termine für Kräutergänge auch bei Ihnen zuhause möglich -

- Do., 27.06.2024**
18.00 – 22.00 Uhr
VHS-Kochkurs „Veganes Superfood aus aller Welt“, mit hoher Nährstoffdichte in einem 5-Gänge-Menü Rheda, Küche des VHS-Campus, Bosfelder Weg 7 (Hinter dem Haus) Anmeldungen: www.vhs-re.de
- Sa., 29.06.2024**
14.00 – 20.00 Uhr
Kräuterworkshop bei Ulrike, Termin für Einzelpersonen, nach dem Kräutergang wird ein 3-Gänge-Menü in Clarholz gemeinsam in Ulrikes Küche zubereitet, buchbar mit oder ohne Menü (dann bis ca. 17.00 Uhr)
- Mi., 03.07.2024**
18.00 – 22.00 Uhr
VHS-Kochkurs „Die Indianerküche Nordamerikas“, Kochkunst der Native Americans in einem 5-Gänge-Menü Rheda, Küche des VHS-Campus, Bosfelder Weg 7 (hinter dem Haus) Anmeldungen: www.vhs-re.de
- Sa., 06.07.2024**
14.00 – 20.00 Uhr
Kräuterworkshop bei Ulrike, Termin für Einzelpersonen, nach dem Kräutergang wird ein 3-Gänge-Menü in Clarholz gemeinsam in Ulrikes Küche zubereitet, buchbar mit oder ohne Menü (dann bis ca. 17.00 Uhr)
- Mi., 10.07.2024**
14.00 – 17.00 Uhr
Ferienspiele mit der Naturschule Gütersloh, Ulrikes Wilde-Kräuter-Küche am Lagerfeuer für Kinder ab 8 J. Gütersloh, Obstwiese Bethlehem, Anmeldungen: Tel. 05241- 82-3333 oder Ferienspiele@guetersloh.de
- Sa., 27.07.2024**
Sa.+So 10.30–16.30
bis Mo., 29.07.24
Wochenend-Workshop „Mediumship“, mit dem englischen Jenseits-Medium Paul Brereton, Ulrike übersetzt. Bielefeld, Natur-Vital-Zentrum OWL, Babenhauser Str. 153: Einführung in verschiedene Ebenen der Medialität, Live-Demonstration am Samstag 18.30 – 19.30 Uhr, Einzelsitzungen am Montag (Vorbuchung erforderlich) Details und Anmeldungen: <https://www.spirit-and-stars-universe.com/bielefeld-germany-details-booking/>
- Sa., 03.08.2024**
14.00 – 20.00 Uhr
Kräuterworkshop bei Ulrike, Termin für Einzelpersonen, nach dem Kräutergang wird ein 3-Gänge-Menü in Clarholz gemeinsam in Ulrikes Küche zubereitet, buchbar mit oder ohne Menü (dann bis ca. 17.00 Uhr)
- Sa., 17.08.2024**
14.00 – 20.00 Uhr
Kräuterworkshop bei Ulrike, Termin für Einzelpersonen, nach dem Kräutergang wird ein 3-Gänge-Menü in Clarholz gemeinsam in Ulrikes Küche zubereitet, buchbar mit oder ohne Menü (dann bis ca. 17.00 Uhr)
- Sa., 31.08.2024**
18.00 – 23.00 Uhr
Una Sera Mediterranea, ein Open-Air-Abend mit italienischer Musik und mediterranem 3-Gänge-Kräuter-Menü in Clarholz bei Ulrike. Livemusik von Ennio bei der Zubereitung und dem anschl. Schmaus mit Wein und Gesang.
- Mi., 04.09.2024**
jeweils um 19.00 Uhr
Basenfastenkur - 6 Wochen lang Nahrung umstellen - stressfrei entschlacken mit Gourmet-/Kräuterrezepten 6 Mittwochabende bei Ulrike + 1 Wildkräuterküche-Tageskurs, entweder Sa., 07.,14.9. oder 05.10.2024, 14 Uhr

Private Termine / Gruppenvereinbarungen / Geschenkgutscheine / auf Anfrage

Kontakt für weitere Informationen: Ulrike-Sprick@gmx.de

Telefon: 05245 – 92 09 74 / MOBIL: 0151 – 651 578 41 (Handy nur für WhatsApp, bitte keine Anrufe!)

Neues im Internet unter „Ulrike Sprick“ und „Heilnetz“ / Altes vom Kräuterkotten: www.Gourmet-Wildkräuterküche.de