

# Wildkräuter im Frühling

**Wann** Samstag, 14. April 2018  
**Zeit** 13 bis 18 Uhr  
**Kursleitung** Melanie Kleineberg  
**Kosten** 150 CHF,  
(130 CHF für Mitglieder Vereinigung Freunde des Botanischen Gartens)  
**Anmeldung** [melanie.ranft@systbot.uzh.ch](mailto:melanie.ranft@systbot.uzh.ch), 078 761 64 39

Bitte beachten Sie unsere Geschäftsbedingungen: <http://www.bg.uzh.ch/de/kurse.html>



Im Frühling kann man besonders viele zarte und aromatische Wildkräuter in Wald und Wiese sammeln und daraus leckere Saucen, Pestos, Smoothies, Salate, Suppen und andere Gerichte zubereiten. Das wilde Grün beinhaltet meist ein Vielfaches an Mineralien und Vitaminen gegenüber gezüchteten Gemüse- und Salatsorten. Nach dem Winter kann man mit den gesunden, oft auch heilkräftigen Kräutern dem Körper etwas Gutes tun

Beim ausführlichen Theorieteil des Kurses und bei einer Tour durch den Botanischen Garten der Universität Zürich lernen Sie viele einheimische essbare Wildkräuter und ihre Lebensräume in der Natur kennen. Mit Hilfe der Unterlagen können sie nach dem Kurs die vorgestellten Wildpflanzen erkennen, sammeln und zubereiten.

Im anschliessenden Workshop stellen sie selbst ein Gericht aus Frühlingskräutern her und zum Abschluss des Kurses gibt es viele Leckereien aus den vorgestellten Wildkräutern zu probieren.



Melanie Kleineberg-Ranft ist diplomierte Botanikerin und Fachfrau für Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen (Lehrgang bei Dr. M. Strauss). Seit 20 Jahren gibt sie Gartenführungen und Kurse am Botanischen Garten der Universität Zürich, nebst ihrer Tätigkeit als Assistentin am Institut für Systematische und Evolutionäre Botanik. Als leidenschaftliche Köchin zeigt sie besonders gerne essbare Wildpflanzen, exotische Gewürze und alte Gemüsesorten, die sie auch in Kochkursen schmackhaft zubereitet.