

# botanischer garten

der Universität Zürich

## Essbare Wildpflanzen - erkennen, sammeln, zubereiten

Wann: Samstag, 20. April 2024

Zeit: 10 bis 17 Uhr

Kursleitung: Melanie Kleineberg

Kosten: 190 CHF, inkl. Essen

Anmeldung: [melanie.ranft@systbot.uzh.ch](mailto:melanie.ranft@systbot.uzh.ch)

Beachten Sie unsere Geschäftsbedingungen:

<https://www.bg.uzh.ch/de/lernen/erwachsenenurse.html>

Im Frühling kann man besonders viele zarte und aromatische Wildkräuter in Wald und Wiese sammeln und daraus leckere Saucen, Pestos, Salate, Suppen und andere Gerichte zubereiten.

Das wilde Grün beinhaltet oft ein Vielfaches an Mineralien, Vitaminen und sekundären Pflanzenstoffen im Vergleich zu 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 auf 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 Workshop stellen wir verschiedene Speisen aus Wildpflanzen her und Sie können viele Leckereien aus der Wildkräuterküche probieren. Das «wilde» Mittagessen ist im Kurspreis enthalten.



Melanie Kleineberg-Ranft ist diplomierte Botanikerin und gibt seit 25 Jahren Gartenführungen, Vorträge und Kurse am Botanischen Garten Zürich. Nebst ihrer Tätigkeit als Assistentin am Botanischen Institut und in der Qualitätssicherung von pflanzlichen Heilmitteln bei der Firma Phytax leitet sie auch Kochkurse und Wildpflanzentouren.