

Workshop – „die scharfe Wurzel“

Kren – Meerrettich

Heilpflanze des Jahres 2021

Im Volksmund auch „Bauern-Antibiotikum“ genannt.

Kren (*Armoracia rusticana*), auch **Meerrettich** genannt, gehört zu der botanischen Familie der Kreuzblütler. Seit dem Mittelalter ist Kren ein wichtiges Heil- und Nahrungsmittel.

Kren ist der schärfste unter den **Rettichwurzeln**.

Auf Grund seiner **Inhaltsstoffe** ist er ein Vorbeugemittel gegen Erkältungen. Kren sollte gerade im Winter öfters gegessen werden. Kren enthält hochwertige Antioxidantien und schmeckt auf Grund seiner Schärfe zum **Weinen** gut.

In diesem Workshop wird Ihnen gezeigt, wie einfach man mit Kren Produkte für die eigene Gesundheit herstellen kann. Diese Produkte können Sie selbstverständlich auch mit nach Hause nehmen.

Termin: Freitag 24. September 2021

Treffpunkt: 16.00 Uhr Hotel Post Karlon, 8623 Aflenz

Kostenbeitrag: Euro 48.00 pro Person

Anmeldung unter 0664/73626132 oder pronnegg.muellner@aon.at