

Brändli-Kochkurs: Feines aus dem Garten!



Datum	26. - 29. August 2010
Beginn	Donnerstag, 18.00 h
Ende	Sonntag, 13.00 h
Kosten*	Sfr. 360.—
Leitung	Andrea Steimer, Brand, 6354 Vitznau (079 796 54 51)
Informationen	info@herzbraendli.ch oder www.herzbraendli.ch
Anmeldung	an info@herzbraendli.ch

Es ist Spätsommer und der Garten in voller Reife. In diesem Kochkurs nehmen wir dankbar, was der Garten offeriert und zaubern daraus einfach(e,) feine vegetarische Speisen. Zusätzlich werden wir auch herrliches dunkles Brot und Zopf backen. Dabei konzentrieren wir uns auf die sinnlichen Erfahrungen und üben uns in Achtsamkeit und Intuition. Das Kochen wird so eine lebendige spirituelle Übung im Alltag.

Umrahmt werden die Tage von gemeinsamen Meditationen. Im Kurs soll soweit möglich die Stille gewahrt werden.

*Unterkunft/Verpflegung/Kursgebühr inbegriffen