

---

## Holzofenbrot backen mit Kräuterwanderung

In diesem Kurs erfahren Sie viel Interessantes über die Geschichte des Brotbackens, die verschiedenen Brotteigarten (vom Vorteig bis zum Sauerteig) und unterschiedliche Brotzutaten. Neben der Zubereitung eines Roggen-Mischbrottes ohne Hefe erleben Sie wie ein Natursauerteig zubereitet, gefüttert und geführt wird.

Während der Brotteig in der Gare ist wird der Holzofen angeheizt. Sie lernen währenddessen bei einer kurzen Kräuterwanderung verschiedene Wildkräuter kennen und sammeln verschiedene Kräuter für einen Brotaufstrich.

Abschließend gibt es eine kleine Jause mit einer Fragerunde zum Thema Heilkräuter. Zum Mitnehmen gibt es für jede/n Teilnehmer/in ein Brot, einen Sauerteigansatz, Rezepte und Anleitungen zum Selberbacken.

---

### Information

**Kursdauer:** 6 Einheiten

**Kursbeitrag:** 99,00 € Kursgebühr

**Fachbereich:** Gesundheit und Ernährung

**Mitzubringen:** Stofftasche, Schachtel für Brot zum Mitnehmen,  
Schraubglas für Sauerteig, Schreibmaterial, gutes  
Schuhwerk und Outdoor-Bekleidung

### Verfügbare Termine