

Newsletter April 2013

Der Regen sprüht, die Sonne scheint.
Der Knecht er lacht die Magt sie weint.
Vom Kirchbaum flockt's der Kuk -kuk schreit,
der Rebentrieb hat all noch Zeit.

Ein Farbenbogen steht gespannt,
und nimmer ruhn Gerät und Hand.
Noch drohn Sankt Georg und Sankt Marx,
die sind schon so, der Blüh viel Args.

Wenn aber nur die Frösch nicht schrein,
dann kann's um Peregrin auch schnein.
Was wär denn das für ein April,
der nicht tun dürft was er will?

von Josef Weinheber

Vierte Strophe aus dem Lied/Gedicht „Kleiner Kalender“ 1938



Liebe Leser/innen,

Die Tage werden länger und die Vögel zwitschern lauter.
Welche Wohltat!

Eine für mich besondere Neuigkeit möchte ich Ihnen mitteilen.

Die ANTANA Wohnküche ist nun eine vom Gesundheitsamt
zugelassene Catering-, Kochkurs- und Eventküche.

Alle drei Möglichkeiten in einem Raum, mit dem Ziel
die Raumatmosphäre zu erhalten, wurde Möglich mit:
der Offenheit für Neues, geistig gezogener Linien
und klaren Tätigkeitstrennungen.

So bin ich über den Segen der Ämter glücklich!

Ansonsten ist immer noch die Pflanzenwelt zurückhaltend.

Außer der Bärlauch, er steht bei mir im Garten
einsam und alleine, und geht konkurrenzlos in die Blüte.

Veranstaltungstipp für den Mai:

Wie wäre es mit einem Ausflug am 1. Mai in den Westerwald?
Ich serviere Ihnen am frühen Abend ein 5 Gang Wildkräuter Menü
in der ANTANA Wohnküche.

Menübeschreibung finden Sie weiter unten bei den Terminen.
Ebenso finden Sie ein Rezept im Anhang und ganz unten im Newsletter.

**Herzliche Frühlingsgrüße sende ich Ihnen
Ihre Ulrike Keßler**

Termine – April

Sonntag, 21. April 2013 14:00 Uhr - 20:00 Uhr

Garten-Kochevent & Gartentipps

Bärlauch - Anbau, Gesundheit und in der Küche

Mit dem Frühlingserwachen erwacht auch mit Bärenkräften in unseren Wäldern und
Gärten der Bärlauch....

mehr Infos > [hier](#)

Sonntag, 28. April 2013 14:00 Uhr - 20:00 Uhr

Garten-Kochevent & Gartentipps

Madame Brennessel in der Gourmet-Küche und für den Garten

Möchten Sie gerne mit der Brennessel kochen und trauen sich nicht wegen ihrer
Härchen?

mehr Infos > [hier](#)

Termine – Mai

Mittwoch, 1. Mai -

Beginn 17:00 Uhr Ende ca. 21:00 Uhr

ANTANA GenussRunde - im Wonnemonat Mai

5 Gang Mai-Kräuter Menü mit frischen, vitalen Kräutern aus der Natur.



Empfangshäppchen

Frucht-Mai-Bowle

Windbeutelchen mit Kräuterquark

Suppe

Neunerlei Suppe

Hausgebackenen Dinkelseelen

Mai-Kräuterbutter

Salat

frischer Salat mit Wiesenkräutern

Hauptgang

Hausgemachte Gnocchis

in Brennnessel-Giersch-Spitzwegerisch-Sahne Soße

Nachspeise

Gundermann-Minz-Flammeri



Preis für das 5 Gang Bio-Menü inkl. Tee und Edelsteinwasser
pro Person 42,50€

mehr Infos > [hier](#)

Zur Reservierung und Anmeldung > [Hier](#)

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 12 Personen

Rückfragen unter 02685-987391

Samstag, 4. Mai 2013 15:00 Uhr - 20:00 Uhr

Gartentipps & Praxis

Rund um die Garten-Jauchen

Für vieles ist ein Kraut gewachsen, auch für den Garten.

Zinnkraut, Beinwell..

mehr Infos > [hier](#)

Mittwoch, 8. Mai 2013 14:00 Uhr - 20:00 Uhr

Garten-Kochevent

Wildkräuter - Frisches wildes Grün reinigt Körper und schenkt Kraft

Im großen ANTANA Nutzgarten und seinem Weideland finden Sie eine reichhaltige Fülle
von Pflanzen und Beeren. Wild und Kultiviert...

mehr Infos > [hier](#)

Donnerstag, 9. Mai 2013 - Samstag, 11. Mai 2013

Vier-Jahreszeiten-Workshop Teil 1 "Frühjahr"

Natürlich leben im Einklang mit der Natur

Kommen Sie zu den Vier-Jahreszeiten-Workshops: Hier sind wir in
Verbindung mit der Natur und schöpfen aus der saisonalen
und regionalen Schatzkammer von Mutter Erde...

mehr Infos > [hier](#)

Sonntag, 12. Mai 2013 14:00 Uhr - 19:00 Uhr

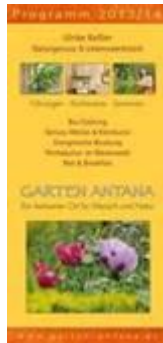
Eine Führung durch den Permakultur GARTEN ANTANA

Möchten Sie einen Ausflug in eine grüne Oase unternehmen und dabei altes und neues Naturwissen entdecken? Zu Beginn schickt eine Gartenklingschale Sie persönlich in eine Zeit der Stille.

Ein guter Moment für Sie, den Alltag hinter sich zu

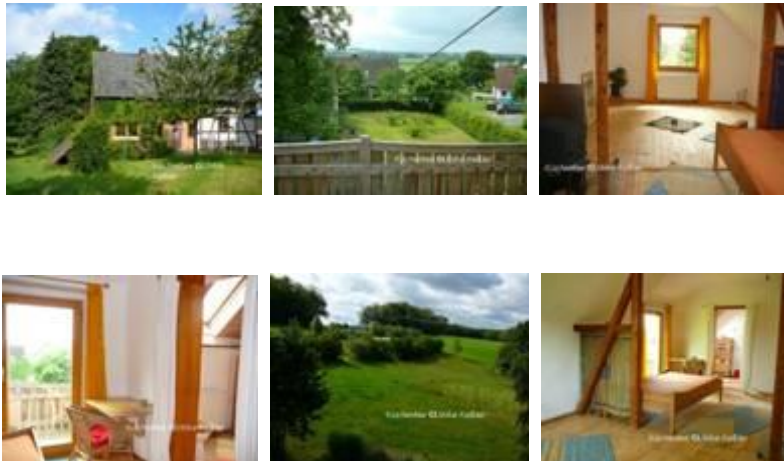
mehr Infos > [hier](#)

Anmeldung > [hier](#)



Beim Anklicken des Bildes oder Links öffnet sich die pdf vom neuen > **[Jahresprogramm 2013/2014](#)**

Bed & Breakfast im Westerwald



Angebote und Preise finden Sie >> **[hier](#)**

[Eine Woche Retreat \(spirituelle Ruhepause\), aktive Auszeit oder Visionssuche an einem reichhaltigen Kraftort.](#)

Mehr Infos und Terminen finden Sie >> **[hier](#)**.

Weiter Infos zu den >> **[Kochevents](#)**.

Zur Anmeldung der Kurse bitte >> **[hier anklicken](#)**

Gerne dürfen Sie meinen Newsletter auch an Freunde und Bekannte weiter leiten.

Aus dem Buch „Die Verführküche der Kräuter“
Von Maiga Werner „Naturkräutergarten im Hunsrück“

Windbeutelchen mit Bärlauch-Quark

Teig für die Windbeutel (Brandteig)

¼ Wasser
50 g Butter
150 g Mehl
30 g Speisestärke
3-4 Eier

Für die Füllung

250 g Frischkäse
200 g Schmand
Salz
Pfeffer

Kräuter

1 Handvoll Hauptkräuter je nach Jahreszeit
z.B. Bärlauch, Estragon oder Ysop, fein gehackt

1 Handvoll weitere Kräuter
z.B. Weinsbergskraut, Schnittlauch, Giersch,
Spitzwegerich, Hirschhornwegerich, Vogelmiere,
Wiesenkerbel, Brennnessel, etc. Fein gehackt

Wasser und Butter in einem Topf zum Kochen bringen. Mehl und Stärke dazurühren, bis sich ein Kloß vom Boden löst. In eine Rührschüssel geben und nach und nach die Eier untermischen. Kleine Häufchen auf ein Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad ca. 30 Minuten backen. Noch heiß aufschneiden und abkühlen lassen. Kräuter fein hacken, mit den Restlichen Zutaten mischen, abschmecken. Die Windbeutelchen damit füllen.

Ulrike Keßler
Naturgenuss & Lebenswerkstatt

Bornstraße 3
D-57632 Kescheid

Tel.(0049) 2685 - 987391
post@kreative-verwoehnkueche.de

Ein heilsamer Ort für Mensch und Natur
www.garten-antana.de

Die Küchenfee
Bio Catering und Genuss-Events
www.kreative-verwoehnkueche.de

Wandelkraft
Energetische Beratung für Raum, Mensch und Natur
www.wandelkraft.de

Ps. Wer keine Newsletter mehr möchte, kann diesen **per E-Mail** abmelden.