



Newsletter – November

Überlistet...

Wenn Blätter von den Bäumen stürzen,
die Tage täglich sich verkürzen,
wenn Amsel, Drossel, Fink und Meisen
die Koffer packen und verreisen,
wenn all die Maden, Motten, Mücken,
die wir versäumten zu zerdrücken,
von selber sterben - so glaubt mir:
es steht der Winter vor der Tür!

Ich laß ihn stehn!
Ich spiel ihm einen Possen!
Ich hab die Tür verriegelt
und gut abgeschlossen!
Er kann nicht rein!
Ich hab ihn angeschmiert!
Nun steht der Winter vor der Tür -
und friert!

...Heinz Erhardt



Herbstbuffet in einem



Kölner Jugendzentrum

Liebe Leser/innen,

In den letzten Tagen haben wir den Winter wohl schon mächtig draußen vor der Türe frieren sehen. So höre ich gerade in meiner neuen ANTANA-Wohnküche

die schöne alte Küchenhexe knistern,
den Wasserkessel rauschen
und rieche den Duft der Gewürze vom Quittenkochevent.

In dieser herbstlichen Stimmung lade ich Sie und Ihre Mitarbeiter, Freunde
Freizeitkollegen, Ihr Verein oder Familienkreis, zu folgenden Angeboten ein:

Advent- oder Weihnachtsfeier in der ANTANA Wohnküche

In geselliger, gemütlicher Runde, wenn der Ofen knistert
und draußen der Winter an die Türe klopft, koche und
serviere ich Ihnen ein besonderes Menü.

In einer heimeligen Atmosphäre, während ich Ihnen
die verschiedenen Gänge zaubere, können Sie mir
beim Werkeln zuschauen oder bei Kerzenschein plaudern.

Bio-Catering für Ihre Advent- oder Weihnachtsfeier

Gerne liefere ich Ihnen ein Bio-Bufferet oder Bio-Menü in
Ihre Firma oder zu der Örtlichkeit, wo Ihre Betriebsfeier stattfindet.

Firmen-Kochevents in privater Atmosphäre Gemeinsam kochen – zusammen schlemmen

Wie wäre es, ein Menü gemeinsam mit
den Arbeits- oder Freizeitkollegen zuzubereiten?
Meistens geht es bei solchen Aktivitäten recht heiter zu,
es wird koordiniert, ausprobiert und abgeschmeckt.
Menschen lernen sich beim Werkeln in der Küche leichter kennen.
Das gemeinsam zubereitete Menü ist ein besonderes Erlebnis.
Sich außerhalb des gewohnten Arbeitsplatzes zu begegnen,
erschafft verbindende schöne Erinnerungen.

Buchbar in Ihrer Firma, in einer von Ihnen
angemieteten Küche oder in der ANTANA-Wohnküche.

**Ich freue mich über Ihren Anruf, um Sie persönlich
zu beraten oder einen Termin mit Ihnen zu vereinbaren.**

Das Geschenk mit einem besonderem Flair

zum Beispiel ein Geschenk Gutschein für:

- eine Auszeit mit Bio-Vollpension für eine oder mehrere Übernachtungen
- die ANTANA GenussRunde mit Themen-Menü
- eine Garten-, Wildkräuter- oder Einzelführung
 - ein Kochevent oder Kurs
 - einen individuell gestalteten Tag
 - Produkte aus eigener Herstellung
 - eine Garten- oder Hausberatung

**Ihren Wünschen entsprechend, stelle ich Ihnen
Geschenk-Gutscheine für meine Angebote und Produkte aus.**

**Herzliche Grüße sende ich Ihnen aus meinem Garten- und Küchenparadies,
Ihre Ulrike Keßler**

Termine

Es ist so weit! ich lade Sie zur ersten ANTANA GenussRunde ein:

Sonntag, 11. November 2012
Gemeinsamer Beginn: 17:00 Uhr – Ende ca. 21:00 Uhr
Fünf-Gang Quitten-Menü.
Mehr Infos finden Sie [>>> hier](#) oder **siehe PDF**

Mittwoch, 07. November 2012 17:00 Uhr - 22:00 Uhr
Mittwoch, 14. November 2012 17:00 Uhr - 22:00 Uhr
Mittwoch, 21. November 2012 17:00 Uhr - 22:00 Uhr

Kochevent drei Abende!
Ayurvedische Küche mit heimischem Wintergemüse

Infos zum Kurs und zur Kursanmeldung finden Sie [>>> hier](#)

Mittwoch, 05. Dezember 2012
Sonntag, 27. Januar 2013
Kochevent zwei Abende!
Apenländische Küche
Erinnern Sie sich noch an die besonderen Gerichte während
Ihres Urlaubs im Alpenraum?
Infos zum Kurs und zur Kursanmeldung finden Sie [>>> hier](#)

Januar 2013

Freitag, 18. Januar 2013 – Sonntag, 20. Januar 2013
Vier-Jahreszeiten-Workshop Teil 4 „Winter“
Im Winter haben wir Zeit, das Brotbacken zu erlernen
und stellen selbst Joghurt und Käse her.
Aus Wintergemüse und Obst wie Pastinaken
und Quitten bereiten wir herzhaftes und süßes zu.
Teil IV ist einzeln buchbar.
Infos zum Kurs und zur Kursanmeldung finden Sie [>>> hier](#)

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 schicken.

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 >> [hier](#) abmelden.