Zioła w sercu zimy

Trzydniowy warsztat z ziołami i dziką kuchnią

Piątek 5.02.2027

16:00 – 16:30
Zakwaterowanie

16:30 – 18:30
Powitanie, przedstawienie planu zajęć, okadzenie się, picie ziołowych naparów. Wspólne gotowanie „Ziołowego grzańca bezalkoholowego” z możliwością dodania nalewek / intraktów. Stworzenie antygrypiny, czyli koktajlu witaminowego z degustacją.

18:30 – 19:30
Kolacja

19:30
Wspólne ognisko

Sobota 6.02.2027

9:00 – 10:00
Śniadanie

10:00 – 13:00
Spacer ziołowy z omówieniem i pozyskiwaniem roślin. Praktyczna praca z surowcem: intrakt z olchy, nalewka świerkowa. (Jeżeli warunki atmosferyczne pozwolą, to wykopiemy korzenie mniszka, oczyścimy i przygotujemy do suszenia do późniejszej degustacji kawy).

13:00 – 14:00
Przerwa obiadowa

14:00 – 18:30
Wykład z pokazem: „Kuchenna szafka ziołowa - Co warto mieć w swojej kuchni?” Tworzenie maści rozgrzewającej, termoforu ziołowego oraz różanego peelingu do ciała.

18:30 – 19:30
Kolacja

19:30
Sauna, czas wolny, integracja

Niedziela 7.02.2027

9:00 – 10:00
Śniadanie

10:00 – 13:00
Spacer ziołowy z pozyskiwaniem kwiatostanów męskich leszczyny. Przetwarzanie ziół: tworzenie cukierków leszczynowych w cukrze oraz czekoladzie, smażenie „kotów leszczynowych” w cieście naleśnikowym, sól sosnowa.

13:00 – 14:00
Obiad, rozdanie dyplomów i pożegnanie

Sporządzisz własnoręcznie i zabierzesz do domu:

- 200 ml intraktu z olchy,
- 200 ml nalewki świerkowej,
- 200 g soli sosnowej do potraw,
- 200 g różanego peelingu do ciała,
- 40 g balsamu rozgrzewającego,
- termofor ziołowy
- cukierki leszczynowe
- receptariusz ziołowy
- przede wszystkim wiedzę i doświadczenie jak wdrożyć dzikie rośliny lecznicze i jadalne do swojego życia :)

Ze względu na zimowy charakter warsztatów oraz zmienne warunki pogodowe program może ulec drobnym modyfikacjom. W takich sytuacjach przygotowujemy alternatywne aktywności i niespodzianki, aby czas spędzony razem był równie wartościowy i inspirujący.