

Tinkturen und Teezubereitungen

Wie stellt man Heilpflanzen-Tinkturen her und wie bereitet man Heilpflanzen-Tees zu, damit sie die gewünschten Wirkstoffe enthalten? Nach diesem Kurs wissen Sie, worauf Sie bei der Herstellung von Tinkturen, von Teemischungen und bei der Teezubereitung achten müssen.



Kursbeschreibung: Obwohl sich die Herstellung von Tinkturen und Heilpflanzentees grundlegend unterscheiden, haben sie eine grosse Gemeinsamkeit: Das richtige Vorgehen stellt sicher, dass die Tinktur oder der Tee die gewünschte Wirkung erzielen kann. Wie Sie die Pflanzen zum richtigen Zeitpunkt ernten, trocknen und konservieren können Sie im Kurs "Ernten und Konservieren" lernen. Mit den getrockneten Pflanzen oder mit frischen Pflanzen stellen Sie nun Tinkturen und Tees her. Im ersten Teil dieses Kurses erfahren Sie, was der Unterschied zwischen Tinkturen und Urtinkturen ist, welche Formen des Alkohols oder anderer Extraktionsmittel Sie verwenden können und worauf Sie bei der Herstellung von Tinkturen aus frischen oder getrockneten Pflanzen achten sollten. Im Praxisteil stellen sie selber Tinkturen her. Im zweiten Teil erfahren Sie die Grundregeln des Teemischens und lernen die verschiedenen Tee-Zubereitungsarten kennen. Sie können verschiedene Tees degustieren und eigene Teemischungen herstellen.

Datum, Kurszeiten: **Samstag, 05. September 2020**
09.00 bis 17.00 Uhr (6.5 Std à 60 Min.)

Inhalte:

Teil Tinkturen

- Verschiedene Arten von Tinkturen
- Grundregeln, die bei der Herstellung von Tinkturen zu beachten sind
- Besuch im Heilkräutergarten und Herstellung eigener Tinkturen

Teil Teezubereitungen

- Grundregeln des Teemischens
- Optimale Zubereitungsart verschiedener Teekräuter und Mischungen, degustieren verschiedener Tees
- Herstellung von zwei Teemischungen

Pflanzenportraits: Kamille, Mädesüss

Ziele:

- Sie können aus frischen oder getrockneten Pflanzen Tinkturen herstellen, welche die gewünschten Inhaltsstoffe in möglichst hohem Masse enthalten.
- Sie können sinnvolle Teemischungen herstellen.
- Sie können einen Heilkräutertee so zubereiten, dass die gewünschten Inhaltsstoffe in möglichst hohem Masse darin enthalten sind.
- Sie können die Kamille und das Mädesüss charakterisieren (Botanische Merkmale, Inhaltsstoffe, Wirkmechanismen, Anwendungsmöglichkeiten)

Voraussetzungen: keine

Mitbringen: Mittagsverpflegung (die Küche steht zur Verfügung, Restaurants im Dorf vorhanden)

Verpflegung: Für Znüni und Zvieri ist gesorgt

Kosten: CHF 180.- (inklusive Kursmaterial, Skript, Zwischenverpflegung, Kursbestätigung)

Kursleitung: Liselotte und Beat Baumgartner

Anzahl Teilnehmende: Min. 4, max. 12 Teilnehmer/-innen

Zertifikatsanrechnung: Ja

Zahlungs- und Rücktrittsbedingungen: Eine Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldung nach der Bestätigung der Durchführung oder bei Nichterscheinen werden Annullationsgebühren verrechnet (Details siehe Anmeldeformular).