



## Workshop Immunsystem stärken

# Fermentieren von Nüssen



Du lernst in diesem Kurs, wie du Nüssen fermentierst  
und stellst deinen eigenen Aufstrich her.

Lass dich überraschen,  
wie einfach das geht und wie gut der schmeckt.

Es lassen sich die Eigenkreationen  
deinem individuellen Geschmack anpassen.

Du wirst von A-Z durch den Herstellungsprozess geführt und machst  
einen eigenen „Cashew-Aufstrich“ und eine fermentierte Salsa.

**Samstag, 16. März 2024** / 14.00 – 17.00 Uhr  
Fr.150.00 / inkl. Unterlagen, Bio-Gemüse und Bio-Nüsse  
+ Buffet mit Köstlichkeiten.

Leitung: **Jlona von Büren**, Arch  
Heilpraktikerin Praxis Satva

