

Schweizer  
Marke für  
Lebenskunst  
und  
Leibeswohl

NATUR  
KRAFT  
WERKE®

# WÄLDER KÜCHEN

NEUES ESSEN  
MIT ALTEN SORTEN  
AUF DER SUCHE NACH DEM WUNDER-  
BAREN IN KÜCHE UND KULINARIK,  
DIÄTETIK UND HEILKOST

Auch  
für Fach-  
personen aus  
Lebensmittel- und  
Therapiebranche.  
Mit Teilnahme-  
zertifikat.



UNTER FREIEM HIMMEL!  
IN DAVOS UND DER UMLIEGENDEN NATUR DER WÄLDER UND BERGWIESEN.  
SAMSTAG 21. SEPTEMBER 2019 9H-18H



Komm mit auf die Reise zur Ursprünglichkeit, zum maximal Einfachen und Schönen der alten Getreide-, Leguminosen- und Gemüsesorten, wie sie unsere Vorfahren vor den Weltkriegen noch kannten. Der österreichische Arche Noah Sterne Koch und Naturküchen-Virtuose Johannes Reisinger verführt, berührt und begeistert mit Wissen und Können, Genie und Eleganz. Dabei wird aus dem Sortiment der Biofirma NaturKraftWerke®, der umliegenden Natur und mitgebrachten Schätzen aus ARCHE NOAH, SproSpezieRara und anderen Gärten geschöpft und an mehreren Werkplätzen in der freien Natur laboriert. Einfache Mahlzeiten werden zeitgemäss und attraktiv zubereitet und anschliessend gemeinsam gegessen. Mit vielen naturkundlichen Fussnoten, Tipps und Storys.

Filme vom Kochkurs Davos 2013 und 2014: <https://www.youtube.com/user/naturkraftwerke>

**KURSLEITUNG** Johann Reisinger. Hauben-Gastronom, Dozent und Naturkochstar aus Österreich. Engagiert für alte Gemüse- und Getreidesorten (ARCHE NOAH); erforscht die Lebensmittel als «Lebensmittel». Einfachste Methoden führen zu höchsten Ess-Erlebnissen.

**VERANSTALTER** Antonius Conte. Gründer, Inhaber und Geschäftsführer von NaturKraftWerke®, Heilpraktiker. Experimenteller Naturkoch und Künstler. Begründer der landwirtschaftlichen Initiative «Pflugloser Mischfruchtanbau». Herausgeber der Edition «Neues Essen».

**PATRONAT** Martin Hänggi. Spitzensportler, Olympiatrainer, 64-facher Schweizermeister im Eisschnelllauf, Yoga-Lehrer, Davoser. NaturKraftWerke®-Botschafter und Bio-Lebensmittelhändler. Erfahrungen aus den Möglichkeiten einer natürlichen Ernährung im Spitzen- und Liebhabersport.

**PROGRAMM** Schulung der Sensorik und der Zubereitungsmethoden mit Johann Reisinger. Kennenlernen des Kochens und Verarbeitens der alten Gemüse- und Getreidesorten kombiniert mit essbaren Wildpflanzen aus Wiese und Wald. Wir kochen am offenen Feuer mit dem Lehmtopf Tajine mit Jochen Walter von Ali Baba Tajine, mit dem Gussbackofen «Dutch Oven», wir experimentieren mit der «Erdloch-Methode» und backen Brot im Lehmbackofen. Aus Sizilien kommt Eleonora Briguglia von der Kibo Farm und zeigt wie original italienische Verarbeitung von Senatore Cappelli Hartweizengriess und -mehl geht. Für grundlegende Fragen und Diskussionen zu aktuellen Themen rund ums Essen begleiten uns Fachpersonen aus unserem Netzwerk. Einfach, natürlich, nachhaltig und auch familientauglich.

#### **KOSTEN**

9 Stunden Kurs, zwei Essen, diverse Knabbereien, Getränkebar, Rezeptkarten, Kinderbetreuung: CHF 185.-

Für Frühbucher bis 31. Juli CHF 145.-

#### **INFORMATION UND ANMELDUNG**

[info@naturkraftwerke.com](mailto:info@naturkraftwerke.com)

NaturKraftWerke®, Gibelstrasse 11, 8607 Aathal-Seegräben

Telefon 044 972 27 77

