



En kurs som  
brukar bli  
fullbokad...

**Lördag 13 maj 2023, kl. 12 – 18**  
Deralycke, 4,5 mil söder om Växjö.

## **Att laga mat på ogräs & vilda växter** -för dig som verkligen vill äta naturlig mat.

Vill du bli mer vän med vår vilda natur, lära dig vad som är ätligt, hur det smakar och vad du kan använda det till? Som ett komplement till din vanliga kost, för kanske slippa köpa grönt i affären eller vänta ut det som du odlat. Det här är enkelt, det här är äkta och det är så fantastiskt gott.

Kursen inleds med en gemensam måltid, därefter ger vi oss ut på växtexcursion för att lära om växterna och plocka det vi skall ha till matlagningen. Vi avrundar dagen med en gemensam buffé som inte liknar något du tidigare smakat, men som brukar få stående ovationer.

Kurskostnad: 950 kr per person.  
Kursledare: Ört- och näringsmedicinare Ann-Louise Fransson  
Anmälan: [info@botanikan.se](mailto:info@botanikan.se)

