

Seife und Brot selbst gemacht

Regen. Selber machen ist „in“. Wie das bei Brot und bei Seife geht, das zeigt das Niederbayerische Landwirtschaftsmuseum. Am Samstag, 2. September, können Erwachsene ab 14 Uhr unter Anleitung der Kräuterpädagogin und Brotbäckerin Elke Weindl ihr eigenes Brot backen. Die Teilnehmer lernen, wie man knuspriges Brot ohne jegliche Konservierungsstoffe auch in der eigenen Küche herstellt. Gemeinsam wird Sauerteig angesetzt. Während die Laibe in Ruhe gehen, lernen die Teilnehmer bei einer kleinen Kräuterkunde Wildkräuter und deren Bedeutung und Verwendung kennen. Sobald die Brote im Ofen gelandet sind, werden wilde Köstlichkeiten zu frischem Brot genossen.

Mit Umweltpädagogin Kathrin Robl von der „Erpfenzeller HausWerkstatt“ können am Montag, 4. September, von 9 bis 12 Uhr Naturseifen aus hochwertigen Pflanzenölen, Blüten und ätherischen Ölen selbst gesiedet werden. Absolut hautfreundlich und ohne Duft, auch für Allergiker geeignet. Was alles dazu mitzubringen ist, erfahren die Interessenten bei der Anmeldung. Der Kurs ist auf maximal sechs Teilnehmer beschränkt.

Weitere Informationen sind unter www.nlm-regen.de oder bei der Touristinformation Regen unter ☎ 09921/60426 erhältlich. Dort kann man sich auch anmelden.