

## SUPERFOOD HONIG

natürlicher Schatz vor der Haustüre



© Monika Track

Fr, 21. März 2025, 15:00 – 18:00 UHR  
TP: Biohof Track Knotzer, 8380 Jennersdorf

**Die vielfältige Verwendungsweise von Honig kennen lernen, ausprobieren und genießen.**

### Referentin:

Monika Track ist begeisterte Bioimkerin und Biobäuerin mit einem Blick aufs Ganzheitliche.

### Theoretischer Teil

- Honig – ein einzigartiges Lebensmittel
- Entstehung von Honig
- Honigsorten – Honig so vielfältig wie die Landschaft
- Inhaltsstoffe des Honigs
- Eigenschaften des Honigs
- Honig – Verwendung in der Apitherapie

### Praktischer Teil

- Gemeinsam werden wir verschiedene köstliche Rezepte mit Honig zubereiten und im Anschluss gemeinsam verkosten.

Honig wird auch in der Kosmetik verwendet – gemeinsam stellen wir einen eigenen Lippenbalsam her!

Die Teilnahme ist kostenlos, jedoch bitten wir um eine Anmeldung bis spätestens 19. März 2025 per Mail an

[info@naturakademie-burgenland.at](mailto:info@naturakademie-burgenland.at)

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!