

AMO

CASEIFICIO · KÄSEREI

Wenn Genuss und
Qualität sich treffen



DIE ERSTE. DIE EINZIGE. DIE UNVERKENNBARE. BURRATA UND MOZZARELLA AUS SÜDTIROL.

Sie finden uns:

- in unserem Verkaufspunkt in der Gewerbezone Kardaun 21, 39050 Karneid (BZ)
- in unserem Geschäft „Amo - La Prelibateria“ in der Mailandstraße 11, 39100 Bozen (BZ)
- und in den besten Geschäften Südtirols

Dienstags
verwöhnen wir Sie
mit tagesfrischem
Mozzarella aus
Südtiroler Buffelmilch!



📍 Gewerbezone Kardaun 21
39050 Karneid (BZ)

☎ 0471 189 42 85
🌐 www.amo.bz.it



Bildungsausschuss
Seis



HILDEGARD KREITER

**Herbstliche Kräuterschätze,
g'schmackig und gesund
am 10.11.2023 von 8.30-11.30 Uhr
im Kulturhaus Seis**

Schon bald schließt sich der Jahresreigen und dennoch gibt es noch einiges, was wir in der Küche oder für die Hausapotheke verwenden können. Früchte, Samen und Wurzeln stehen zum Einsatz bereit. Sie liefern eine geballte Ladung an Energie, die wir in der kalten und dunklen Jahreszeit gut brauchen können. Wer wissen möchte, wie Brennesselsamen-Brot mit Löwenzahnwurzeln schmeckt, wie man Hagebutten-schalen für Tee und zusätzlich fürs Müsli verwenden kann, wie sich die Eibischwurzel mit anderen schleimlösenden Kräutern zu einem Hustenzucker verarbeiten lässt, wie man einen Kartoffelwickel bei Verspannungen anlegt, meldet sich zum Kurs von Hildegard Kreiter an. Dieser dreistündige Workshop, macht garantiert Lust auf mehr! Bald anmelden, da nur begrenzte Teilnehmer.

**Anmeldungen und Infos bei
Annemarie Lang
Tel. 371 186 97 02**

Weitere drei Einheiten sind geplant. Im Rhythmus der Jahreszeiten werden wir im Februar unserer strapazierten Haut unter die Arme greifen und viele Tipps zum Thema „**Naturkosmetik für den Familienalltag**“ erhalten.

Im April ist ein **Kochworkshop** angesagt, wo wir mit unterschiedlichen Frühjahrs-Wildkräutern ein ganzes Menü herstellen.

Im Mai geht es dann hinaus in die Natur, wo wir den **Wald** rund um die **Eislöcher als unseren Arzt für Körper, Geist und Seele** kennenlernen und anschließend im **Garten der Referentin Hildegard Kreiter** einen würdigen Abschluss erleben.

