

# Seminare und Genuss 2024



**Donnerstag, den 11.04.2024, Beginn: 17 Uhr**

## **„Brot ein kostbares Gut“ mit Brotsommelier Franz Soller**

Gemeindehaus Eppenschlag

„Heumilchkäse im Dialog“. Wir bereiten verschiedene Brotaufstriche zu, Lamm und Hirschspezialitäten werden kredenzt von Peter Schmid. Verkostung und Präsentation begleitet von Maria Gruber vom Streuobstwiesen Kompetenzzentrum ‚Lallinger Winkel‘ mit Direktsäften und prickelndem Most. Zum Abschluss eine kleine feine Weinprobe.

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)

Gebühr: **29,50 €**

Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar

Referent/en: Franz Soller, Peter Schmid, Maria Gruber

## **Unser Frühlingsmenü – bereits ausgebucht**

### **Auf Wunsch buchbar ab 8 Personen**

Gemeindehaus Eppenschlag

Champagner Bratbirne, Prosecco von Apfel, Rose und Minze alkoholfrei, Manufaktur Jörg Geiger \* Hausgebeizte Klopferbach Lachsforelle an ihrem Kaviarmousse auf Rucola Beet, Frühlingsgrilladen vom Bayerwald Lamm – feines vom Ilzer Weiderind - und aus der Jagd rund um Eppenschlag mit Trollingersoße, hausgemachter Kräuterbutter im Dialog von feinem jahreszeitlichem Gemüse aus dem Wok und tomatisierte Nüdelchen im Pesto \* Rhabarber Kompott mit hausgemachter Bayerischer Creme und Seccoschaum vom Rosenzauber \* korrespondierende Weine aus der Peters Schatzkammer.

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)

Gebühr: **65,00 €**

Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar

Referent/en: Peter Schmid

**Freitag, den 26.04.2024**, Beginn: 14 Uhr



## **Blütenwanderung durch die Streuobstwiesen im Lallinger Winkel**

- ➔ Führung über eine alte Streuobstwiese-Habitat für Mensch und Tier
- ➔ Verkostung von Bio-Apfelsaft und Bio-Most

Treffpunkt: Parkplatz Gasthof zur Post in Lalling, Ende 16:30 Uhr

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)

Gebühr: **10,00 €**

Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar

Referent/en: Maria Gruber, Streuobstwiesenkompetenzzentrum  
Lallinger Winkel

## **Kräuterwanderungen**

Bei **Monika Bauer, Grossmesselberg, 94536 Eppenschlag**



**Termine: 26.04.24, 24.05.24, 21.06.24, 19.07.24**

Heute entführt Sie unsere Kräuterbäuerin Monika Bauer in einen ehemaligen Hohlweg um mit Ihnen eine Kräuterführung in ihrem Heimatort Großmesselberg zu unternehmen. Sie suchen am Wiesenrand, in Gesteinsschichten, am kargen Boden, wo die Kräuter wachsen und gedeihen und lernen die Namen und Bezeichnungen der zahlreichen Kräuter und vor allem wofür Sie sie verwenden können. Gerade in der heutigen Zeit ist die Auseinandersetzung mit ganzheitlicher, gesunder Ernährung unserer Vorfahren wieder wichtiger denn je. Zum Abschluss der Wanderung können Sie die gesammelten und bestimmten Kräuter bei einer kleinen Brotzeit verkosten.

Anmeldung: Monika Bauer, Tel.: 08554/ 3265, mobil: 0170 / 1139 182

Gebühr: **15,00 €**

Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar

Referent/en: Monika Bauer, Kräuterbäuerin und -pädagogin

# Führungen Höllmannsrieder Schweinerei – Biohof Scherm – Höllmannsried 41,94259 Kirchberg i. W.

Termine: **22.05.24, 31.05.24, 02.07.24, 10.07.24, 14.08.24, 28.08.24**  
jeweils 15 Uhr – Dauer 2 Stunden

Einblick in eine echte Sauerei in Auslauf- und Freilandhaltung. Hofführung mit Erklärung der Haltungsart, Schweinerasse, Unterschiede zur "normalen Schweinehaltung" mit Besichtigung des Stalles, der Weide und je nach Entfernung auch der Freilandhaltung. Vorgeschriebene Schutzanzüge und Überschuhe werden vor Ort gestellt.

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)  
Gebühr: **5,00 €**  
Bezahlung: Bitte direkt bei der Herrn Scherm in bar  
Referentin: Ludwig Scherm, Bio-Schweinebauer

**Freitag, den 10.05.2024**, Beginn: 16 Uhr

## FesttagsTorten leicht gemacht mit **Oma Gabi**

Gemeindehaus Eppenschlag

Oma Gabi zaubert zwei verschiedene Torten mit Ihnen, wovon eine ganz ohne Backen auskommt. Die süßen Gebäckstücke sind raffiniert und trotzdem einfach zuzubereiten, festtagstauglich oder eben auch geeignet für einen nachmittäglichen Kaffeeklatsch.

Nach der Bäckerei werden die Kunststücke zusammen verköstigt.

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)  
Gebühr: **25,00 €**  
Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar  
Referent/en: Gabriele Hartl, ehemalige Wirtin und leidenschaftliche  
Kuchenbäckerin





**Freitag, den 18.10.2024, Beginn: 17 Uhr**

## **Sauerkraut und Surfleisch**

Gemeindehaus Eppenschlag

Wie macht man eigentlich selber Sauerkraut und Surfleisch? Bei diesem Kurs zeigt Ihnen Monika Bauer wie man ganz einfach Sauerkraut im Glas macht. Jeder darf selbst ein Glas Sauerkraut zum Mit-nach-Hause-Nehmen zubereiten. Das Surfleisch wird gemeinsam in ein Steinfass eingelegt. Damit wir das Ergebnis gleich probieren können, kochen wir Sauerkraut, Surfleisch und Semmelknödel und essen anschließend zusammen.

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)

Gebühr: **30,00 €**

Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar

Referent/en: Monika Bauer, Kräuterbäuerin und -pädagogin

**Im Oktober, Beginn: 17 Uhr – Datum wird noch festgelegt**

## **Unser Herbstmenü mit Edeltraud und Peter**

In der neuen Bauernmarkthallen-Küche

Schaumiges Kartoffelsüppchen im Dialog vom Kürbis und Kracherle mit Kürbiskernöl \* Gebackenes Kalbszüngelein im Weißbrot und Heumilchkäsemantel mit Kräuter Schmand und Blattsalate von unserem Gemeinschaftsgarten SOLAWIE \* Spezialitäten vom **Hällischen Bio Landschwein** mit Ludwig Scherm, Höllmansried, dazu herbstliches Gemüse aus unserem Gemeinschaftsgarten frisch vom Wok mit Soja und Ingwer, als Beilage Bayerwald Kaspressknödel \* Lauwarme Rotweinzwetschen mit Bauernhofeis und hausgemachter Bayrisch Creme \* Korrespondierender Aperitif, Getränke, Weine und Säfte aus unserer Bauernmarkthalle

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)

Gebühr: **55,00 €**

Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar

Referent/en: Edeltraud & Peter Schmid



**Freitag, den 08.11.2024, Beginn: 17 Uhr**

## **Alte Hausmittel neu entdeckt – rund um die alten Kräuter – Haus- und Heilmittel**

Gemeindehaus Eppenschlag

Heiße Kräuterumschläge, Krautwickel, Kräuterheilpaste, Kräutertees usw. Früher hat man sich oft in der Familie selber geholfen und die Oma oder Mama hatte für jede Krankheit ein Kraut.

Lassen Sie sich von unserer Kräuterpädagogin Monika Bauer in die geheimnisvolle Welt der Heilkräuter entführen und auch auf kulinarische Weise mit gesunden Hausmitteln überraschen.

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)

Gebühr: **20,00 €**

Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar

Referent/en: Monika Bauer, Kräuterbäuerin und -pädagogin



**Freitag, den 22.11.2024, Beginn: 16:30 Uhr**

## **Köstlich und gesund – Lammfleisch neu entdecken**

Gemeindehaus Eppenschlag

Lammfleisch ist regional und in bester Qualität erhältlich.

Viele Köchinnen und Köche sind jedoch nicht mit der Verwendung von Lammfleisch vertraut. Dabei ist die Zubereitung von köstlichen Lammgerichten ganz einfach. Hier erfahren Sie wie es geht!

Im Kurs wird ein schmackhafter Eintopf gekocht, der sie überraschen wird. Parallel bereiten wir einen klassischen Festtagsbraten zum Probieren zu. Kurskosten inklusive Fleisch, kleiner Fleischkunde und sonstiger Zutaten.

Anmeldeschluss ist am 15.11., Mindestteilnehmerzahl 5

Zahlung ist vor Ort auch per PayPal möglich

Anmeldung: [info@genussdorf-eppenschlag.de](mailto:info@genussdorf-eppenschlag.de)

Gebühr: **45,00 €**

Bezahlung: Bitte direkt bei der Seminarleitung in bar

Referent/en: Martina Kirchpfening, Sozialpädagogin,  
Sozialbetriebswirtin, Selbstversorgerin, Vorsitzende

**Dienstag, den 14.05.2024**, Beginn: 17 Uhr



**Kocha für oan oder zwoa - gsund und guat**

mit Helga Ertl Gemeindehaus Eppenschlag

Sind die Kinder aus dem Haus, müssen nicht selten gewohnte Koch- und Essroutinen umgestellt werden. Mit gezielter Planung, Organisation und ein wenig Kreativität lässt sich jedoch ganz leicht auch im kleinen Haushalt Abwechslung ins tägliche Essen bringen. Wie das geht und worauf es bei der Ernährung ab der Lebensmittel ankommt, erfahren Sie in dieser Veranstaltung!  
Schwerpunkt: Kartoffelgerichte altbewährt und modern.  
Bitte mitbringen: Schürze, Behälter für Reste, Getränk.  
Kosten: 5,- €/Teilnehmer für Lebensmittel.

In Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) Regen im Rahmen des Programms "Generation 55plus".

Anmeldung: [info@vhs-freyung-grafenau.de](mailto:info@vhs-freyung-grafenau.de), Tel.: 08551/57-3300

Anmeldeschluss: 10.05.2024

**Freitag, den 12.07.2024**, Beginn: 18 Uhr



**Tapas Kochkurs – spanische Esskultur erleben**

mit Stefanie Schmid-Kölbl

Gemeindehaus Eppenschlag

Fingerfood auf Spanisch! In unserem Tapas-Kochkurs möchten wir eine Reise nach Spanien unternehmen und zusammen unterschiedliche Tapas zubereiten! Tapas, das sind leckere Kleinigkeiten, die in Spanien gerne in Bars und Bodegas zu Bier und Wein gereicht und verschlemmt werden! Holen wir uns eine Prise südliches Flair in die Küche und zu uns nach Hause, wenn wir beispielsweise Patatas Bravas, Albóndigas, Pimientos de Padrón und vieles mehr zubereiten. Dazu noch ein Glas Wein - und schon fühlen wir uns wie in einer kleinen spanischen Bar...

Bitte mitbringen: Schürze, Getränk. Kosten: 58,-€/Teilnehmer inkl. aller Materialien, Rezepte und 1 Glas Wein

Anmeldung: [info@vhs-freyung-grafenau.de](mailto:info@vhs-freyung-grafenau.de), Tel.: 08551/57-3300



# TAG DER OFFENEN TÜR GEMEINSCHAFTSGARTEN EPPENSCHLAG

Am 16.07.2024 um 18 Uhr öffnen wir die Tore  
unseres Gartens und führen euch zwischen  
den Beeten in die Welt des Gemüseanbaus und  
unseres Gemeinschaftsprojektes.

Für Rückfragen meldet euch gerne an:  
[info@gemeinschaftsgarten-eppenschlag.de](mailto:info@gemeinschaftsgarten-eppenschlag.de)

Wir freuen uns mit Ihnen unsere Bauernmarkthalle und Dorfwirtshaus in der Hauptstraße 5 am **Freitag, den 14. Juni 2024** eröffnen zu dürfen. Damit gewinnen unsere Seminare und Genuss noch mehr Aufmerksamkeit, denn viele regionale und Bioprodukte aus der Bauernmarkthalle können wir nun in unsere Seminare einfließen lassen.

Freuen Sie sich auf tagesaktuelle Produkte aus unserer Heimat und der ganzen **[www.genussregion.de](http://www.genussregion.de)** NIEDERBAYERN.



Genussdorf Eppenschlag, Hauptstr. 12, 94536 Eppenschlag  
Tel.: 09928 / 90 39 417, Mobil 0171 / 313 54 73  
info@genussdorf-eppenschlag.de  
[www.genussdorf-eppenschlag.de](http://www.genussdorf-eppenschlag.de)