

**NATUR  
KRAFT  
WERKE®**

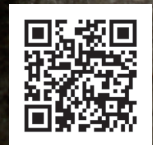
Schweizer  
Marke für  
Lebenskunst  
und  
Leibeswohl

# WOCHENMÄRS

NEUES ESSEN  
MIT ALTEN SORTEN

AUF DER SUCHE NACH DEM WUNDER-  
BAREN IN KÜCHE UND KULINARIK,  
DIÄTETIK UND HEILKOST.

UNTER FREIEM HIMMEL!  
IN DAVOS UND DER UMLIEGENDEN NATUR  
DER WÄLDER UND BERGWIESEN.  
SAMSTAG 13. SEPTEMBER 2014  
9H - 20H



IM RAHMEN DER NATURKRAFTWERKE® VORTRAGS- UND PERFORMANCEREIHE:

**ENERGIE EIWEISS KOHLENHYDRATE FETT**

KLARTEXT UND KONTROVERSE AUS WISSENSCHAFT, TRADITION, INNOVATION

Komm mit auf die Reise zur Ursprünglichkeit, zum maximal Einfachen und Schönen der alten Getreide-, Leguminosen- und Gemüsesorten, wie sie unsere Vorfahren vor den Weltkriegen noch kannten. Der österreichische Arche Noah Sterne Koch und Naturküchen-Virtuose Johannes Reisinger verführt, berührt und begeistert mit Wissen und Können, Genie und Eleganz. Dabei wird aus dem Sortiment der Biofirma NaturKraftWerke®, der umliegenden Natur und mitgebrachten Schätzen aus ARCHE NOAH, ProSpezieRara und anderen Gärten geschöpft und an mehreren Werkplätzen in der freien Natur laboriert. Einfache Mahlzeiten werden zeitgemäss und attraktiv zubereitet und anschliessend gemeinsam gegessen. Mit vielen naturkundlichen Fussnoten, Tipps und Storys.

Film vom Kochkurs Davos, 5. Oktober 2013: <http://www.youtube.com/watch?v=3QV-tBf3Ljc>

**KURSLEITUNG** Johann Reisinger. Hauben-Gastronom, Dozent und Naturkochstar aus Österreich. Engagiert für alte Gemüse- und Getreidesorten (ARCHE NOAH); erforscht die Lebensmittel als <Lebensmittel>. Einfachste Methoden führen zu höchsten Ess-Erlebnissen.

**VERANSTALTER** Antonius Conte. Gründer, Inhaber und Geschäftsführer von NaturKraftWerke®, Heilpraktiker. Experimenteller Naturkoch und Künstler. Begründer der landwirtschaftlichen Initiative <Pflugloser Mischfruchtanbau>. Herausgeber der Edition <Neues Essen>.

**PATRONAT** Martin Hänggi. Spitzensportler, Olympiatrainer, 57-facher Schweizermeister im Eisschnelllauf, Yoga-Lehrer, Davoser. NaturKraftWerke®-Botschafter und Bio-Lebensmittelhändler. Erfahrungen aus den Möglichkeiten einer natürlichen Ernährung im Spitzen- und Liebhabersport.

**PROGRAMM** Schulung der Sensorik und der Zubereitungsmethoden mit Johann Reisinger. Kennenlernen des Kochens und Verarbeitens der alten Gemüse- und Getreidesorten kombiniert mit essbaren Wildpflanzen aus Wiese und Wald. Vermittlung umfangreichen Wissens und entsprechendes Umsetzen, Kreativitätscoaching. Kochen am offenen Feuer, dem einfachsten Ursprungsherd der Menschheit. Kennenlernen des Lehmtopfs Tajine, des Gussbackofens <Dutch Oven>, der <Erdloch-Methode> und Brot backen im Lehmbackofen. Einfach, natürlich, nachhaltig und auch familientauglich. Zusätzlich gibt es zwei von Fachleuten moderierte Diskurs-Werkstätten zu den Themen innovative BIO-Landwirtschaft, Ernährungswissenschaft kontrovers, Naturheilkunde im Alltag. Als Parallelprogramm findet ein Kochkurs für Kinder statt.

#### **KOSTEN**

11 Stunden Kurs, mehrere kleinere und grössere Mahlzeiten mit Getränken, Kochschürze, Rezeptkarten, extra Kinderkochkurs und Kinderbetreuung: sFr 270.- Auf Wunsch wird ein Teilnahmezertifikat ausgestellt.

#### **ANMELDUNG**

Per Email: [info@naturkraftwerke.com](mailto:info@naturkraftwerke.com)

Via Internet: [www.naturkraftwerke.com/kochkurs](http://www.naturkraftwerke.com/kochkurs)

Oder Formular unten ausfüllen und kopieren oder abschneiden, in einen Umschlag stecken und einsenden an: NaturKraftWerke®, Gibelstrasse 11, 8607 Aathal-Seegräben

---

Hiermit melde ich mich zum Kochkurs NEUES ESSEN MIT ALTEN SORTEN am Samstag den 13. September 2014 an.  
Kursgebühr: pro Person sFr 270.- (Rechnung folgt auf Anmeldung. Nach Bezahlung ist die Anmeldung gültig.)

Vorname, Name .....

Telefonnummer .....

Strasse, Hausnummer .....

E-Mail .....

PLZ, Ort .....

Datum, Unterschrift .....