

## Workshop... Netzwerk und Essen.

SFY Akademie und Netzwerk „in-offiziell“

14. - 16.12 2018 (3. Advent)

Muuh macht die Kuh mit Hörner...  
von der Milch gerade mal 50m entfernt am  
Samstag für unsere Frühaufsteher  
gemolken, Roh zum **Frühstücksbrunch**  
verkostet und genossen.

Dazu eine Käse Auswahl mit Quark und  
Joghurt, zum Getreide frisch gequetscht.  
Guter Kaffee, und Tee Auswahl. Mmhh  
ist das ein Start in die Workshop – Arbeit.

Pralinen aus Kuvertüre, bio und fair gehandelt  
– von uns gearbeitet  
dazu ein Glas Wein?

...Walnüsse, gesammelt im Park, Haselnüsse  
aus dem Piemont, dazu die Rohmilch vom  
Morgen, eine Wildkirsche vom Sommer  
eingelegt im Weinbrand meiner Nachbar WG  
aus dem „Reste Fundus“. Dieses und jenes  
was Ihr so mitbringt – Mandel, Pistazien,  
Sultaninen, Ingwer, Rosmarin ... all das  
verarbeiten wir zu kleinen Gaumenhappen.

**Abends** kochen „andere“, da wir uns in  
Gruppen aufteilen. Vielleicht zum Raclette,  
oder zum Butterbrot mit dem Käse unserer  
Ziegen oder Kuhmilch.

Ein Glas Wein, etwas Saft und dann  
zur Nacht Ruh... auf Isomatten, Matratzen  
und Schlafsäcke in mehreren Räumen  
auf unserem Gut.

...2 kleine Bäder gibt es in zwei Häusern,  
etwas improvisiert.



**Zum Sonntag**, ein gutes Frühstück mit etwas Workshop zum vollenden und dann so ab 14 Uhr eine Verabschiedungs Zeremonie...

**Als Dank** an Familie Degener,  
etwas Unkosten für Heizung und Stromgebühr, eine Kollektion unserer kleinen Werke. Oder uns fällt noch was ein...  
Dann passt das schon.

**Wir versorgen uns selbst**, dazu ein Regionalbuffet aus teilen der Republik. Unser Hofladen bietet ein Vollsortiment Naturkostprodukte – das sollte auch kein Problem sein, geöffnet Freitag bis 18 Uhr, oder intern.

**Anreise und Abreise Bahnhof Börßum**  
von Braunschweig sind es 20min über Wolfenbüttel

ab Börßum 3km zu Fuß oder internes kommunikations- Shuttle  
MITFAHRGELEGENHEIT

**Zeiten:** (per-forma)

Freitag ab 15 Uhr  
(früher möglich)

Sonntag bis 14 Uhr  
(länger möglich)

**Klostergut Heiningen**  
Gutshof 1- 2  
38312 Heiningen



...oder verbinden mit einem woofing in der Landwirtschaft? [klostergut-heiningen.info](http://klostergut-heiningen.info)

**Anmelden** bitte bis 30.11

**Slow Food Youth „Harz und Braunschweiger Land“**

Bernd Hebel [youthharz@slowfood.de](mailto:youthharz@slowfood.de) | [facebook.com/groups/yfmharz](https://facebook.com/groups/yfmharz)

Gutshof 1, 38312 Heiningen

hier bitte: [MITFAHRGELEGENHEIT](#) / [TEILNEHMER LISTE](#) / [sonstige notizen](#)

