



Donnerstag, 20. November, 09 – 17 Uhr

Lebendige Lebensmittel für ein vielfältiges Mikrobiom

Demeter-Tag im Rahmen der Waldviertler Biogespräche.

LFS Edelhof, Edelhof 1, 3910 Zwettl

Info

**Lebendige Lebensmittel für ein vielfältiges
Mikrobiom** - Und was haben Bio- und
Demeter-Lebensmittel damit zu tun?

Unser Mikrobiom hat sich mit uns entwickelt und wir leben mit ihm. Der Vortrag erzählt, wie wir es mit unseren Lebensmitteln beeinflussen, lenken und stärken können, wo Fermentationsprozesse in unserer Esskultur stecken und welche Funktionen Kräuter und Gewürze haben. Im Fokus steht stets die Qualität der Zutaten und die Art und Weise der Prozesse, wie wir mit den Lebensmitteln umgehen. Im praktischen Teil nachmittags unternehmen wir den Versuch, die Wirkungen unterschiedlicher Zubereitungen und Lebensmittelkombinationen zu erschmecken.

Moderation und Einführung: [Martina Fink](#), Demeter-Landwirtin.



Termin Ort

Donnerstag, 20. Oktober 2025 09 – 17 Uhr
LFS Edelhof
Edelhof 1
3910 Zwettl

Anmeldung

RiB Manuela 0664/4806467 | manuelariss@aon.at | weiterbildung@demeter.at
Preis 40,- pro Person
Anrechenbar als Weiterbildungstag für Demeter-LandwirtInnen.

Karin Buchart

Ernährungswissenschaftlerin, Autorin mehrerer Bücher über Ernährung, Kräuter und Heilpflanzen und Nutraceuticals, z.B. die Bestseller "Natur Apotheke" und „Das Kräuterhandwerk“. Derzeit arbeitet sie mit Koch Thomas Hollaus am Aufbau des Fermentationszentrums an Fort Kniepass in Unken im Pinzgau.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmende!