



Kursgebühren pro Person  
69,-- € incl. MWSt.

In den Kursgebühren sind  
enthalten:

- 1 Brotzeit
- 1 Mittagessen
- alles Brot, das gebacken  
wird, wird auf die  
Teilnehmer aufgeteilt



Melden Sie sich an. Sie werden  
diesen Tag genießen.

Nähere Infos auch unter  
[www.natuerlich-backen.de](http://www.natuerlich-backen.de)

Weitere Veranstaltungen unter  
[www.reiner-naturbau.de](http://www.reiner-naturbau.de)

Ja, ich/wir möchte/n am  
Brotbackkurs teilnehmen:

Anzahl Personen  
.....

\_\_\_\_\_  
Name(n) und Vorname(n)

\_\_\_\_\_  
Straße und Hausnummer

\_\_\_\_\_  
PLZ und Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon und Email-Adresse



## ***Brotbacken mit Sauerteig***



*und Karl Kirmeier*



Bärndorf 3, 94327 Bogen,  
Tel. 09422 805546, Fax 09422 805548  
Mail: [info@reiner-naturbau.de](mailto:info@reiner-naturbau.de)  
Internet: [www.reiner-naturbau.de](http://www.reiner-naturbau.de)



## Sauerteig Brotbackkurse mit Kirmeier

31.03.2017

15:00 - 21:00 Uhr

oder

01.04.2017

10:00 - 17:00 Uhr

in unserem Fachmarkt in Bärndorf

Was hat der Sauerteig und Brotbacken mit unserem Fachmarkt zu tun?

Natürlich bauen & Wohnen wie natürlich kochen & backen - beides trägt entscheidend zu hoher Lebensqualität bei.

Beim Kauf eines eigenen MANZ-Brotbackofen



haben wir Karl Kirmeier kennengelernt.

Vor vielen Jahren reifte die Idee in uns beiden, den natürlichen Zusammenhang von guten Lebensmitteln und gutem Wohnen nach außen sichtbar werden zu lassen. Warum also nicht einen Brotbackkurs in unseren Räumen anbieten?



Wir setzten das sofort in die Tat um und durften, gemeinsam mit den teilnehmenden Interessenten bereits viele Male in unserem Fachmarkt dieses Seminar genießen. Wir sagen bewusst - genießen, denn neben vielen sehr hilfreichen Informationen kommt der Genuss an diesem Tag nicht zu kurz.

Lassen Sie sich von Karl Kirmeier in die Geheimnisse des Sauerteiges einweihen. Dazu eine kurze Betrachtung von ihm selbst:

Der Gockelhahn hat einen Kropf und in diesem **Kropf** schließt er die aufgepickten Körner mit dem **Sauerteig** auf.

Dann "gehen" die aufgeschlossenen Körner in den Muskelmagen, in dem die Steine sind und dort werden die Körner **gemahlen**.

Der Mensch mahlt die Körner mit **seiner eigenen Mühle**, aber schließt die Körner nicht auf.

**Darum** bekommt er, der Mensch

### "Brotbleme"

mit dem aus Körnern und Mehl bereiteten Speisen.

Auf dem Sauerteigkurs zeige ich Möglichkeiten auf, wie man die Körner, **das Getreide immer aufschließen** kann.

### Kursinhalt mit dem MANZofen:

- Sauerteigerstellung
- alle Teige von Brot bis Kuchen mit Sauerteig
- Brot, Vinschgauer, Semmel, Hörnchen, Baguette