

THEMEN UND TERMINE

Neuigkeiten von HP Christina Casagrande



Liebe Leserinnen und Leser,

es geht auf das Ende des Jahres zu und es scheint, als würde die Zeit rennen, schneller und schneller... die Menschen sind gereizt, erschöpft, ungeduldig und man könnte meinen, dass es nach dem 31.12. keine Zeit mehr geben wird. Ich will hier ein Dankeschön schreiben an alle Seminarteilnehmende aus diesem Jahr. Danke für Eure Mitarbeit und Interesse und für Eure Anregungen, die mich wach und aktiv halten. Das kommende Jahr werde ich zum Schreiben und für Seminare hier in meiner Türkenfelder Praxis nutzen. Ich bin dabei neue Themen zu entwickeln und freue mich auf die einzige Reise in den hohen Norden mit dem überarbeiteten PUT1 und PUT2 Seminar an der Hufelandschule in Senden.

Eurer Anregung ist es zu verdanken, dass es hier in Türkenfeld ein PUT3 Seminar geben wird, für all jene gedacht, die das Wissen aus den ersten beiden Seminaren praktisch vertiefen wollen. Dieser Tag ist nicht im Terminkalender, da fast komplett ausgebucht von der Gruppe, aus der die Anregung zu diesem Seminartag kam. Zwei Plätze sind noch zu vergeben – wer Interesse hat, bitte bald bei mir melden.

Ich werde auch wieder Vorträge hier in Türkenfeld geben, wo vor etwa 20 Jahren meine Vortragstätigkeit begann. Im Oktober 2017 geht es um das ewig aktuelle Thema „Wenn mir alles zu viel wird“. Der Ausweg ist ja genau dieser: innehalten, zurücktreten und sich auf das Wesentliche besinnen: Wo komme ich her, wo gehe ich hin. Der nützliche Tipp ist dementsprechend folgender: Täglich eine kleine Pause mit Tee, Ingwerwasser oder Kaffee und dazu meine „Novemberbrote“ (ein abgewandeltes Elisenlebkuchen Rezept – sehr beliebt in meiner Familie und Freundeskreis):

Zutaten: 400 gr. gemahlene Mandeln, 100 gr. Kokosraspeln, 5 große Eier oder 6 kleine Eier, 200 gr. Puderzucker (ich bevorzuge Vollrohrrohr-Puderzucker oder Kokosblütenzucker). Gewürze: 1 Teel. Zimt gemahlen, ½ Teel Piment, ½ Teel. Kardamom, ¼ Teel. Muskat, 5 Tr Tonkabohne, 8 Tr. Bourbon-Vanille (ätherische Öle), ½ Teel. Salz, 1 Tafel Bitterschokolade (80 %ig) oder Kuvertüre.



Backanleitung: Eier trennen, Eidotter mit Puderzucker und allen Gewürzen, außer Salz, glattrühren. Eiweiß mit Salz zu steifem Schnee schlagen, unter die Eidottermasse heben, Mandeln und Kokosflocken unterrühren. Aus dem Teig mit Teelöffel kleine Häufchen abstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen, etwas flach drücken. Für etwa 25 -30 Minuten bei 160 Grad (Umluft), sonst 140 Grad in den vorgeheizten Ofen geben.

Wenn die „Novemberbrote“ auf Zimmertemperatur abgekühlt sind, mit im Wasserbad geschmolzener Schokolade überziehen. Diese Leckerei schmeckt am besten, wenn Sie wenigstens zwei Wochen durchgezogen ist – aber leider schafft sie bei uns diesen Reifegrad kaum.

Ich wünsche Euch allen einen ruhigen Abschluss des alten Jahres, Zeit für Euch und Eure Lieben und einen gesunden und kraftvollen Start ins 2017

Herzlichst Christina Casagrande



Impressum:

Die Newsletter von HP Christina Casagrande erhalten Sie nur wenn Sie es wünschen. Sollten Sie kein Interesse (mehr) haben, dann senden Sie eine Email über folgenden Link: [keine Newsletter](#)

Kontaktdaten:

Internet: www.christina-casagrande.de

Blog „Schattenblütenzeit“: <http://schattenbluetenzeit.blogspot.de/>