

## Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Kurs Nr. .... vom ..... bis .....  
Kurzbezeichnung der Veranstaltung .....

Vor- und Zuname .....

Straße/Hausnummer ..... PLZ/Ort .....

Telefon ..... E-Mail .....

Geburtsdatum .....

Ich wünsche eine Übernachtung  im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 5,50 Euro/Nacht)

Ich benötige keine Übernachtung

Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum ..... Unterschrift .....

### Einzugsermächtigung

Für die nebenstehende Veranstaltung erteile ich hiermit eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem

IBAN .....

BIC .....

Geldinstitut .....

Ort .....

Kontoinhaber/-in .....

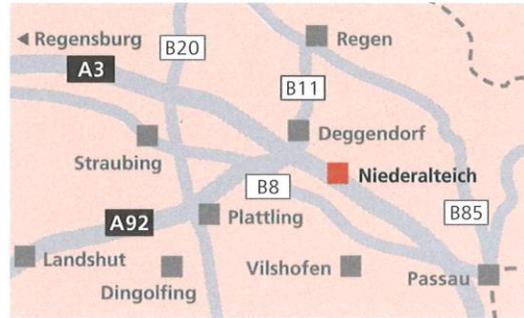
Datum/Unterschrift .....

## Anmeldung

### ANMELDE- UND GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

**Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet.** Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung. Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 12 Euro, ab 2 Wochen 25%. Bei Absage am Vortag/Tag des Seminars 100%.

**Preis:** Die im Programm aufgeführten Preise beinhalten Kursgebühr, Übernachtung und Vollpension. Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer mit Dusche/WC (Einzelzimmerzuschlag: 5,50 Euro pro Person/Nacht). Vegane Kost, Unverträglichkeiten usw. nach Absprache (Aufpreis: 20%). Nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.



**Sie erreichen uns mit dem Auto** über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111).

**Sie erreichen uns mit dem Zug** über den Bahnknotenpunkt Plattling (mit ICE-/IC-Anschluss) oder Deggendorf.

#### RUF BUS Deggendorf HBF – Niederaltreich:

Der Bus fährt nur Haltestellen an, für die eine Anmeldung vorliegt. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21 Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher). Die Fahrt kann auch online über [www.wohin-du-willst.de](http://www.wohin-du-willst.de) angemeldet werden.

#### Katholische Landvolkshochschule und Bildungshaus Niederaltreich e.V.

Hengersberger Straße 10, D-94557 Niederaltreich  
Telefon 0049 (0)9901 9352-0  
Telefax 0049 (0)9901 9352-19  
[anmeldung@lvhs-niederaltreich.de](mailto:anmeldung@lvhs-niederaltreich.de)



[www.lvhs-niederaltreich.de](http://www.lvhs-niederaltreich.de)

Dem Leben  
Richtung geben



Bildungshaus  
Landvolkshochschule  
Niederaltreich

## Die Kunst des Brotbackens (Basics)

„Selbst gebackenes Brot ist Glück, das man teilen kann“



30. bis 31. Jan. 2025

## Sehr geehrte Damen und Herren,

aus wenigen guten Zutaten und wertvoller Zeit entsteht, was Brotliebhaberherzen höherschlagen lässt: Gutes Brot mit langer Frischhaltung - ein faszinierendes "Zauberwerk"!

## Und es geht einfacher als man denkt!

Unser wichtigster Wegbegleiter für gutes Brot ist der Sauerteig. Herstellung, Wirkungsweise, Verwendung und Lagerung von Sauerteigen aus verschiedenen Getreidearten werden ausführlich erklärt sowie auf die Wichtigkeit einer optimalen Teigführung mit Quell- und Ruhephasen eingegangen.

Ergänzend werden Informationen über einen möglichen Einsatz von Hefen und Enzymen, effektive Knettechniken und viele weitere Tipps gegeben.

Anhand zweier Rezepte werden die verschiedenen Methoden praktisch umgesetzt.

Herzliche Einladung!

## Programm:

### Donnerstag:

- Sauerteig für Brot vom Freitag ansetzen
- Brotteig (mit fertigem Sauer, den ich mitbringe) für Freitag zur Übernachtgare herstellen.

### Freitag:

- Brotteig vom Vortag weiterverarbeiten und backen
- Vorbereitungen für zweiten Brotteig, Teigführung und backen

### dazwischen während den Gär- und Ruhezeiten der Teige

- Handwerkszeug
- Zutatenkunde
  - Welches Mehl für welchen Zweck - Mehltypen und was dahintersteckt
  - Körner und Saaten - richtige Vorbereitung
  - Brotgewürze
  - Wasser und Salz
- Trieb- und Hilfsmittel (Theorie)
  - Sauerteig
  - Hefen
  - Enzyme
- Teigführung - vom Gleichgewicht zwischen Bewegung, Ruhe und Zeit
- Sauerteigpraxis (Herstellung, Gärung, Lagerung, etc.)
- Fragen, Antworten, Tipps u. Weisheiten

## Organisatorisches:

**Beginn:** Donnerstag, 30.01.2025 um 18:00 Uhr

**Ende:** Freitag, 31.01.2025 um 17:00 Uhr

**Kosten:** 199 Euro inklusive Übernachtung im Doppelzimmer mit Dusche und Verpflegung



**Referentin:**  
Angela Marmor,  
Kräuterpädagogin,  
Naturvermittlerin

## Bitte mitbringen

- Gläser oder Becher mit Deckel für Sauerteigansatz
- Korb oder Leinentasche
- Geschirrtuch
- Stift und Notizblock

## Besonderes:

Wir arbeiten ohne Lärm und ohne Anstrengung mit unserer eigenen Energie.

„Unserem Haus liegt die sinnvolle Verwendung von Lebensmitteln sehr am Herzen. Aus diesem Grund haben wir an dem Projekt „Mittel zum Leben“ der Bundesstiftung Umwelt teilgenommen. In diesem Projekt wurden Ansätze entwickelt, um der enormen Lebensmittelverschwendung in Deutschland entgegenzutreten. Wir berücksichtigen die erarbeiteten Methoden und bewahren somit wertvolle „Mittel zum Leben“.

Nähere Informationen finden Sie unter:

[www.mittel-zum-leben.info](http://www.mittel-zum-leben.info)