

Heimische Getreideküche - neu entdecken!

Getreide ist eines der ältesten und wichtigsten Lebensmittel der Menschen weltweit. Um das gesundheitliche Potenzial der Powerkörner voll nutzen zu können, ist aber die richtige Verwendung und Zubereitung notwendig, erst dann wird Getreide für viele bekömmlich und reizvoll.

Dieser Kurs führt sie durch die Vielfalt an alten Getreidesorten wie Einkorn, Emmer und Kamut sowie Pseudogetreide wie Buchweizen, Amaranth, Quinoa und uvm.

Wie hätten Sie das Korn gerne? Im Ganzen, geschrotet, als Flocken oder fein vermahlen?

Es wird Getreide in allen Verarbeitungsstufen, kombiniert mit Gemüse und Obst, süß oder pikant in einer vielseitigen Menüfolge gemeinsam gekocht und gegessen.

Zahlreiche Tipps und Tricks für den unkomplizierten, einfachen und zeitsparenden Einbau von den schmackhaften Körnern in Ihren Speiseplan erleichtern in Zukunft ihre Menüplanung.

Verfügbare Termine

Information

| | |
|---------------------|--|
| Kursdauer: | 4 Einheiten |
| Kursbeitrag: | € 59,00 |
| Fachbereich: | Gesundheit und Ernährung, Gesundheit und Ernährung |
| Zielgruppe: | interessierte Personen |

10.01.2020 17:00, Graz-Wetzelsdorf

| | |
|-------------|--|
| Ort | Graz-Wetzelsdorf |
| Beginn | 10.01.2020 17:00 |
| Ende | 10.01.2020 21:00 |
| Örtlichkeit | Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz-Wetzelsdorf |
| Information | Kundenservice, Tel +43 316 8050 1305 |
| Kursnummer | LK-19-0030 |