
Vollwertküche - Mehrwert durch Vollwert

Theorie: Wesentliche Aspekte einer gesunden, vitalstoffreichen und vollwertigen Ernährung.

Praxis: Gemeinsames Arbeiten und Lernen an Hand heimischer Grundnahrungsmittel, die zu bekömmlichem Hochgenuss kombiniert werden.

Information

Kursdauer: 4 Einheiten

Kursbeitrag: 50,00 € inkl. Lebensmittel und Kursunterlagen

Fachbereich: Gesundheit und Ernährung

Zielgruppe: interessierte Personen

Mitzubringen: Kochschürze

Verfügbare Termine