Ausgegraben

Wurzel- und Knollenraritäten sind Bodenschätze derbesonderen Art. Sie stehen mittlerweile vor allem in Bioqualität in großer Vielfalt zur Verfügung. Reich an wertvollen Inhaltsstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenstoffen unterstützen sie Immunsystem und Wohlbefinden. In diesem Kochseminar stellen wir Ihnen Raritäten wie Süßkartoffel, Topinambur, Yacon, Knollenziest, Oca u. v. m. vor und bereiten daraus kulinarische Köstlichkeiten zu. Ob Suppe, Salat, Eintopf oder Gratin – diese Schätze sind wahre Allrounder und schmecken auch als Basis für Brote, Mehlspeisen, Aufstriche oder Marmeladen. Auch ihr Einsatz in der Volksmedizin ist inhaltlicher Teil des Seminars. Kosten Sie sich durch diese Besonderheiten und vertreiben Sie damit ein wenig die Eintönigkeit des Winters.

Information

Kursdauer:	0 Einheiten
Kursbeitrag:	50,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Mitzubringen:	Schürze

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at