Polenta, Sterz und Schmarrn

Polenta, Buchweizen, Weizen und Dinkel stehen im Mittelpunkt des Geschehens. Die Fastenzeit bietet die Gelegenheit, sich an einfache, bekannte und doch nicht mehr alltägliche Speisen zu wagen.

Ergänzt mit Obst und Gemüse der Saison haben diese typisch traditionellen Gerichte wieder einen Platz in den Speisekarten der modernen Küche gefunden.

Inhalt:

- Wissenswertes zum "Sterzland Steiermark"

- Infos zu "alten und neuen" Getreidearten und ihren Verwendungsmöglichkeiten

- Zubereitung fleischloser Vor-, Haupt- und Nachspeisen

- Typische traditionelle Speisen wie "Heidentommerl", Heidensterz etc.

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	4 Einheiten
Kursbeitrag:	63,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	interessierte Personen
Mitzubringen:	Kochschürze

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at