Himmlisch leichte Köstlichkeiten

Wir alle lieben Desserts: Kuchen, Mehlspeisen, Torten - ein Gaumenschmaus, wären da nicht oft eine Menge Zucker und jede Menge Kalorien. Doch wie wäre es, wenn wir eine leichtere, gesündere Variante genießen können, die unsere Gelüste stillt und gleichzeitig auch unserer Gesundheit zugute kommt?

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie mit ein paar Anpassungen der Zutaten genauso köstliche, aber gesundheitsbewusste Leckereien zaubern. Wir variieren Eier, Milchprodukte, fruchtige Geschmackskomponenten und sogar Gemüse je nach Geschmack und Jahreszeit und zaubern so regionale, saisonale Desserts, die wir ohne Reue genießen können.

Information

Kursdauer:	4 Einheiten
Kursbeitrag:	45,00 € TN-Beitrag inkl. Unterlagen, exkl. Lebensmittelkosten. Die Einhebung des Kursbeitrages erfolgt per Rechnung nach Kursende, die Lebensmittelkosten werden vor Ort in BAR kassiert.
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Mitzubringen:	Schürze, Behältnisse zum Mitnehmen

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at