
Tofu, Edamame & Co – alltagstaugliche Sojagerichte

Sojabohnen sind wahre Allrounder: reich an Eiweiß, vielseitig einsetzbar und aus heimischem Anbau erhältlich. In diesem Kochkurs stellen wir aus gentechnikfreier Sojabohne selbst Sojadrink und Tofu her und verarbeiten diese weiter zu abwechslungsreichen Gerichten. Auch die grüne Sojabohne – Edamame - findet Verwendung. Ob als Aufstrich, Curry, Eintopf oder feines Dessert – wir zeigen, wie einfach und kreativ sich Soja in den Küchenalltag integrieren lässt.

Information

Kursdauer:	4 Einheiten
Kursbeitrag:	56,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	interessierte Personen
Mitzubringen:	Kochschürze, Leerbehälter

Verfügbare Termine