Hülsenfrüchte - Frische KochSchule Feldbach

Bohnen, Erbsen und Linsen sind wertvolle Quellen für pflanzliches Eiweiß und Mineralstoffe. In diesem Kochseminar wollen wir ihr Schattendasein in der Küche beenden und mit köstlichen Rezeptideen beweisen, dass Hülsenfrüchte vielseitig einsetzbar sind.
Neben vielen Informationen über den gesundheitlichen Wert und Ratschlägen zum Kochen von Hülsenfrüchten wird auch auf die Verwendung von blähungshemmenden Küchenkräutern eingegangen.
Diese verhindern nicht nur Verdauungsprobleme, sondern machen jedes Gericht zu einem aromatischen Genuss.

Inhalt:
- Kennenlernen verschiedener Bohnen, Erbsen und Linsen und der Anwendungsmöglichkeiten von Sprossen bis zur Süßspeise
- Küchen- und Wildkräuter zur Verdauungsanregung
- Zubereitung eines Vier-Gänge-Menüs

Information

Kursdauer:	4 Einheiten
Kursbeitrag:	59,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung, Dienstleistungen
Zielgruppe:	interessierte Personen
Mitzubringen:	Kochschürze, Leerbehälter

Verfügbare Termine

03.02.2027 17:00, Feldbach

Ort	Feldbach
Beginn	03.02.2027 17:00
Ende	03.02.2027 21:00
Örtlichkeit	Frische KochSchule Feldbach, Franz-Josef-Straße 4, 8330 Feldbach
Information	Magda Siegl, Tel +43 3152 2766 4328, magdalena.siegl@lk-stmk.at
Kursnummer	6-0021790
Trainer:in	Doris Wartbichler
Veranstalter	LFI Steiermark

© 2026 - lfi.at