

## Dessertvariationen

Wir alle lieben ein Dessert nach einem guten Essen, und wie es so schön heißt: "Eine Nachspeise geht immer." Doch sind wir uns auch bewusst, dass dabei oft eine Menge Zucker und Kalorien ins Spiel kommen. Wie wäre es also, wenn wir eine leichtere Variante genießen könnten, die unsere Gelüste stillt und gleichzeitig unserer Gesundheit zugutekommt?

In diesem Back-Workshop versuchen wir, so viel Zucker wie möglich zu reduzieren und/oder durch natürliche Alternativen zu ersetzen. Zusätzlich achten wir grundsätzlich auf gesundheitsfördernde Zutaten. Schon ein paar kleine Änderungen bei den Zutaten können einen großen Unterschied machen, um unsere Köstlichkeiten leichter genießen zu können.

### Information

Kursdauer:	3,5 Einheiten
Kursbeitrag:	39,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Für alle interessierten Personen
Mitzubringen:	Schürze, Behältnisse zum Mitnehmen

### Verfügbare Termine

#### 10.01.2026 08:30, Pischelsdorf am Kulm

Ort	Pischelsdorf am Kulm
Beginn	10.01.2026 08:30
Ende	10.01.2026 12:00
Örtlichkeit	MS Pischelsdorf - Schulküche, Pischelsdorf 95, 8212 Pischelsdorf am Kulm
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, ANMELDUNG bei:GB Gabriele Glatz; 0664/4650722
Kursnummer	6-0020493
Trainer:in	Michaela Mauerhofer
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark

#### 03.02.2026 18:00, Kaindorf

Ort	Kaindorf
Beginn	03.02.2026 18:00
Ende	03.02.2026 21:30
Örtlichkeit	MS Kaindorf, Kaindorf 241, 8224 Kaindorf
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, ANMELDUNG bei:GB Cornelia Summerer, 0664/3832596;GB Sylvia Holzer, 0664/5121776
Kursnummer	6-0020494
Trainer:in	Michaela Mauerhofer
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark

#### 23.02.2026 18:00, Feldbach

Ort	Feldbach
Beginn	23.02.2026 18:00
Ende	23.02.2026 21:30
Örtlichkeit	Frische KochSchule Feldbach, Franz-Josef-Straße 4, 8330 Feldbach
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, ANMELDUNG bei:GB Gabriele Tieber, 0680/5574199
Kursnummer	6-0020495
Trainer:in	Monika Sommer
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark

**03.03.2026 18:00, Hartberg**

Ort	Hartberg
Beginn	03.03.2026 18:00
Ende	03.03.2026 21:30
Örtlichkeit	FS Hartberg, Gartengasse 6, 8230 Hartberg
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, ANMELDUNG bei:GB Rosina Handler, 0664/5954115;GB Monika Schuller, 0664/4851663
Kursnummer	6-0020496
Trainer:in	Michaela Mauerhofer
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark

**12.03.2026 17:30, Naas**

Ort	Naas
Beginn	12.03.2026 17:30
Ende	12.03.2026 21:00
Örtlichkeit	FS f. Land-u. Ernährungswirtschaft Naas, In der Weiz 109, 8160 Naas
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, ANMELDUNG bei:GB Sarah Brandtner, 0664/8575006
Kursnummer	6-0020497
Trainer:in	Michaela Mauerhofer
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark