Koch mit Herz

Ernährungs- & Koch-Workshop

Gesunde low carb Osterküche

1. April 2017

Dauer: 16.00-20.00Uhr
Ort: Postmarkt, St. Johann in Tirol

Inhalt

- Beschreibung des „low carb“ (=wenig Kohlehydrate) Konzeptes
- Wissenswertes zu „clean eating“
- Tipps für glutenfreie, kohlehydratarme Ostergerichte, Kuchen und Desserts
- Infos zu Regionalität und Saisonalität
- Gemeinsame Zubereitung eines gesunden low carb Ostermenüs
- Gemeinsames Essen und Trinken
- Offener Austausch von Fragen, Ideen, Kritik
- Übergabe eines umfangreichen Rezeptheftes mit vielen Tipps

Preis: EUR 75,00 (inkl. Essen, Getränke & Rezeptheft)
Anmeldung: kochmitherz@aon.at oder 0676 88690722
Anmeldeschluss: 25. März 2017 (begrenzte Teilnehmerzahl)