
Wintergemüseküche - Genuss und Vielfalt aus der Region

Regionales Wintergemüse ist eine gesunde frische Alternative zu Gemüse aus fernen Ländern.

Es versorgt uns mit wichtigen gesundheitsfördernden Stoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, sekundären Pflanzeninhaltsstoffen und Ballaststoffen. Darüber hinaus gibt uns Gemüse der Saison die Möglichkeit, uns bewusst und nachhaltig zu ernähren. Wintergemüse ist weit mehr als Kraut & Rüben, denn Oberösterreichs Gemüsebauern bieten eine unheimliche Vielfalt an "gemüsigen Genüssen".

Neben vielen neuen Rezeptideen können Sie - je nach Verfügbarkeit - Ihnen vielleicht unbekannte Gemüsespezialitäten wie Goldrüben, lila Karotten, Grünkohl, Süßkartoffeln, Haferwurzel uvm. kennenlernen.

Schwingen Sie mit uns den "Gemüselust-Kochlöffel" und kochen und kosten Sie sich durch die bunte Vielfalt an regionalen Wintergemüse durch.

Anmeldung und Info

LFI-Kundenservice

4021 Auf der Gugl 3

Telefon 050/6902-1500

Fax 050/6902-91500

info@lfi-ooe.at

Kursnummer: 3325i