

Getränkeworkshop - Wegweiser durch den Getränkedschungel

Meterlange Getränkeregale in Supermärkten locken mit vielen Versprechungen. Doch welche Getränke tun meinem Körper wirklich gut? Ist Saft gleich Saft und wo liegen die Unterschiede zwischen Direktsaft, Fruchtnektar, Fruchtsaftgetränken & Co? Liefern Energy-Drinks, Eistee oder sogenannte Wellnessdrinks wirklich soviel positive Energie für unseren Körper? Was steckt in Light-Getränken und Limos? Fragen über Fragen, die gemeinsam mit einer geschulten Seminarbäuerin analysiert werden.

Bei diesem praxisorientierten Workshop lernen die Jugendlichen, dass die Flüssigkeitsaufnahme für die Leistungsfähigkeit und Konzentration eine ganz wesentliche Rolle spielt, aber auch, dass das Angebot an Getränken vielfältig und qualitativ sehr unterschiedlich ist.

Ihr nehmt auch Getränkeetiketten genau unter die Lupe und erforscht, was wirklich drin steckt.

Beim Praxisteil könnt ihr ganz viel experimentieren und aus regionalen Zutaten (Direktsäfte, Früchte- und Kräutertees, Sirupe, Milchprodukte usw.) euren ganz persönlichen Power-Wellnessdrink kreieren.

Na dann, "Prost" - auf pffiffige, zischende, regionale Energie-Drinks!

Für Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahre, 2 UE

3 Euro/Kind (exkl. Lebensmittel)

Landwirtschaftskammer Oberösterreich

Referat Ernährung

Auf der Gugl 3

4021 Linz

Tel.: 050/6902-1649

Fax: 050/6902-91649

Kursnummer: 3189 abt-erdv@lk-ooe.at