

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 und Rüben, denn Oberösterreichs Gemüsebetriebe 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 u. v. m., kennenlernen. Schwingen Sie mit uns den "Gemüselust-Kochlöffel" und kochen und kosten Sie sich durch die bunte Vielfalt an regionalen Wintergemüse durch.

Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert. /gutlebenlernen

Änderungen vorbehalten.

Information

Kursdauer:	3 Einheiten
Kursbeitrag:	35,00 €
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, Interessierte, Konsumentinnen und Konsumenten
Mitzubringen:	Schürze, bequeme Schuhe, Behälter für etwaige Kostproben, Schreibzeug

Verfügbare Termine