

---

## Smart gekocht

*Frisch, frech & unkompliziert auf den Teller gebracht*

Der Hunger ist groß, der Magen knurrt, die Zeit knapp und die Kochideen fehlen auch.

Gemeinsam mit einer erfahrenen Seminarbäuerin werden in diesem Kochkurs trendige, berufs- und familientaugliche, flotte Wohlfühlgerichte gezaubert.

Unser Erfolgsrezept: frische Lebensmittel aus der Region, kreative alltagstaugliche Rezepte und jede Menge Spaß am Selberkochen.

Ein Kurs voller smarter Genüsse für Anfänger genauso wie leidenschaftliche Hobbyköche und jene die gerne ernährungsbewusst genießen.

Unser Motto: Küchenlust statt Küchenfrust!

Änderungen vorbehalten

3 Unterrichtseinheiten

Kursbeitrag: € 22,00

### Anmeldung und Info

LFI-Kundenservice

4021 Auf der Gugl 3

Telefon 050/6902-1500

Fax 050/6902-91500

[info@lfi-ooe.at](mailto:info@lfi-ooe.at)

Kursnummer: 3308i