

## Smart gekocht vegetarisch

Kennen Sie das auch? Der Hunger ist groß, die Zeit knapp und die Inspiration für flotte, vegetarische Gerichte fehlt. Aber keine Sorge! Tauchen Sie ein in die Welt des Genusses und entdecken Sie gemeinsam mit einer erfahrenen Seminarbäuerin die Kunst des smarten Kochens. Unsere Großmütter und Mütter wussten schon immer, wie man mit den vorhandenen Lebensmitteln und dem, was der Vorrat hergab, clever und frisch kochen kann. Unsere regionalen Lebensmittel bieten dazu einen schier unendlichen Ideenreichtum für eine smarte Küche. In unseren Kochkursen zaubern wir nicht nur trendige, fleischlose Wohlfühlgerichte für Beruf und Familie, sondern entfachen auch Ihre Leidenschaft fürs Kochen. Mit frischen Produkten aus der Region und kreativen, alltagstauglichen Rezepten wird jeder Kochkurs zu einem kulinarischen Erlebnis. Ein Kurs voller smarter Genüsse für Kochneulinge ebenso wie für leidenschaftliche Hobbyköchinnen und -köche und alle, die gerne ernährungsbewusst genießen.

Unser Motto: Küchenlust statt Küchenfrust!

Hinweis: Die Inhalte und Unterlagen bleiben die gleichen wie im regulären Kurs, jedoch wird ausschließlich mit vegetarischen Rezepten gearbeitet.

Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert.

Änderungen vorbehalten.

---

---

**Information**

<b>Kursdauer:</b>	3 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	40,00 €
<b>Fachbereich:</b>	Gesundheit und Ernährung
<b>Zielgruppe:</b>	Bäuerinnen und Bauern, Konsumentinnen und Konsumenten
<b>Mitzubringen:</b>	Behälter für etwaige Kostproben, Schürze, Hausschuhe, Kugelschreiber

**Verfügbare Termine**