Coole Mamas (und Papas) kochen bewusst - Schnelle Gerichte zwischen Beruf und Familie

Hierzu lade ich alle ein, die gerne etwas über bewusste, regionale und saisonale Küche erfahren möchten. Was steckt hinter Geschmacksverstärkern und warum sollte man regional und saisonal einkaufen? Es werden einfache Rezepte vom Frühstück bis zum Abendessen miteinander zubereitet. Rezepte, die auch im stressigen Alltag zwischen Beruf und Familie Platz finden und ohne Chemie rasch zubereitet sind.

Information

Kursdauer:	4 Einheiten
Kursbeitrag:	36,00 € ungefördert
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at