

Kochkurs für Jugendliche

Kochkurs für Singles

Kochen in Theorie und Praxis

Nach den Erkenntnissen der Fünf Elemente Ernährung

Kurzgerichte pikant und süß

Kräuter regen an und wirken antibiotisch

Leichte Beschwerden mit Essen und Getränken behandeln

Ideen für stärkende Zwischenmahlzeiten

Getränke für jede Jahreszeit

Vermeidens Punkte

Erstellen eines Speiseplans

Küchentechnik

Küchenhygiene

Sinnvolle Vorratshaltung

Andere stärkende Aktionen

Wann:

Wo:

Preis:

Incl. Rezeptblätter und Essens und Getränkeproben



**Leitung: Marianne Lang, Tel. 87 00 87,
Ernährungsberaterin nach den Fünf Elementen**