

Kochkurs

Frühlingshafte Gemüseküche – neu entdeckt!

Gemüse bildet in der gesunden Ernährung eine zentrale Rolle als Lieferant von Nahrungsfasern, Vitaminen, Mineralstoffen sowie nützlichen Pflanzenstoffen und sollte deshalb täglich gegessen werden.

Sie finden Gemüse langweilig und es schmeckt nach nichts? Da sind Sie nicht alleine, vielen Menschen schmeckt das Gemüse nicht und essen darum oftmals viel zu wenig.

Tauchen Sie mit uns ein in die spannende Welt der Gemüseküche und lernen Sie bei uns neue spannende Zubereitungsarten kennen!

Die Veranstaltung findet in der Praxis optiKal Ernährungszentrum Zug statt.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Anmeldung: **telefonisch** oder per Mail bis
2. Mai 2023

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Ihr optiKal Ernährungszentrum Zug

Kochkurs

Thema

Neue Rezepte aus der
Gemüseküche

Datum

10. Mai 2023

Dauer

18.00 h bis 21.30 h

Ort

Grafenauweg 3
1.Stock
6300 Zug

Leitung

Ursula Zehnder BSc
Ernährungsberaterin SVDE

Kosten

Fr. 140.-

Auskunft

optiKal
Ernährungszentrum Zug

E-Mail: info@opti-kal.ch

Tel. 041 761 32 74

ernaehrungszentrum.zug.ch