



Vegetarische Frühjahrs-Küche

Lassen Sie sich von der schmackhaften und gesunden Vielfalt der vegetarischen Frühlings-Küche überraschen!

Sie bereiten unter Anleitung von **Erika Baumgartner** köstliche, vegetarische und saisonale Gerichte mit Frühjahrskräutern zu. Von **Béatrice Chiari** erfahren Sie mehr über die Wirkung der Kräuter und Frühjahrgemüse. Sie stellt Ihnen während des Kurses gerne ihr fundiertes Wissen als Ernährungsberaterin zur Verfügung. Beim gemeinsamen Essen werden Tipps, Tricks und Erfahrungen, ausgetauscht. Der Kurs findet in einer professionellen Umgebung mit maximal 12 Teilnehmern statt.

Datum: Samstag 5. April 2014
Zeit: 11:00 bis 15:30 Uhr
Wo: Schulküche in Zürich-Oerlikon
Kosten: Fr. 175.-, inkl. Rezepten, Tipps, professioneller Kursleitung und Getränken
Kursleiterinnen: Erika Baumgartner, Störköchin
Béatrice Chiari, Dipl. Ernährungsberaterin SHS

Melden Sie sich an unter: www.kochen-geniessen.ch, die Anmeldung ist definitiv, sobald sie per Mail bestätigt ist.

Haben Sie Fragen? Rufen Sie Erika Baumgartner an: 078 759 69 68