

Kochevent

BioRegional Querbeet-

eine kulinarische Winterreise in 4-Gängen



Jetzt dürfen die Hauptgerichte wieder pikant und wärmend sein. Im Winter lieben wir kräftige Aromen und intensive Gemüse- und Obstsorten. Die schönsten Winter-Rezepte für Wirsing & Co, Kartoffeln, Äpfel, Rübchen und mehr.

Kochen beginnt nicht erst am Herd, sondern schon bei der Auswahl der Lebensmittel. Kurze Wege beim Einkauf und in der Produktion. Bio und Regionalität haben ihren Preis, aber auch ihren Wert. Unsere Aufgabe ist es, diesen Wert zu entdecken, die Geschichte des Lebensmittels zu kennen und respektvoll zu behandeln.

Das Ergebnis: Eine saisonale Küche mit der bewussten Auswahl regionaler Lebensmittel in Bezug auf die soziale Verantwortung und auch auf die eigene Gesundheit.

Es ist so einfach – kommt kochen.

Termin: Mittwoch, 08. Februar 2017, 19.00 Uhr
Preis: 37 € inkl. Lebensmittel, Rezepte
Gasthaus Lederer: Laufener Str. 25, 83416 Saaldorf-Surheim

Termin: Donnerstag, 09. Februar 2017, 19.00 Uhr
Preis: 37 € inkl. Lebensmittel, Rezepte
Private Lehrküche: Langobardenstr. 21, 83329 Waging am See

Termin: Donnerstag, 16. Februar 2017, 19.00 Uhr
Preis: 37 € inkl. Lebensmittel, Rezepte
Schulküche: Franz v. Agliardis Grund- u. Mittelschule Teisendorf, Poststr. 11

Termin: Mittwoch, 22. Februar 2017, 19.00 Uhr
Preis: 37 € inkl. Lebensmittel, Rezepte
Schulküche: Grundschule Kirchanschöring, Rathausplatz 6

Dozentin: Yvonne Liebl – UGB Gesundheitstrainerin für Ernährung
Therapiebegleitung und Beratung (IHK)
www.esspedition-liebl.de

Anmeldung: Email: info@esspedition-liebl.de oder telefonisch: 0171-4553939



Esspedition - Yvonne Liebl – Dem guten Geschmack auf der Spur