

Cookinar: Bärlauch und Spargel - diese Frühlingsboten halten uns fit und schlank

Bärlauch und Spargel sind aus der Frühlingsküche kaum wegzudenken. Ob alleine oder in Kombination bringen sie Abwechslung in unseren Speiseplan. Bärlauch ist ein bekanntes Heil- und Würzkraut, das Leber und Galle aktiviert. Spargel wird auch als "weißes Gold" bezeichnet und ist ein sehr altes, nährstoffreiches Gemüse, das entgiftende und entschlackende Wirkung hat. In diesem online-Kochkurs zeigt uns Seminarbäuerin Adelheid Gschösser tolle Rezepte mit Bärlauch und Spargel, inkl. Rezeptheft und Rezept zum Mitmachen live von zuhause aus.

Information

Kursdauer:	2 Einheiten
Kursbeitrag:	25,00 € Teilnahmebeitrag Webinar
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Interessierte kochbegeisterte Frauen und Männer

Verfügbare Termine