

## Das Frühstück - ein gesunder und kraftvoller Start in den Tag

Ein schmackhaftes und ausgewogenes Frühstück gibt Ihnen die Energie und Kraft für einen guten Tag. Es muss nicht immer Buttersemmel oder Marmelade und Käsebrot sein. Und nehmen Sie sich dafür Zeit. Dieser Kurs soll Ihnen dabei helfen, etwas Neues auszuprobieren. Es gibt dafür tolle Rezepte, die wenig Zeitaufwand benötigen und Ihnen und Ihrer Familie ein interessantes Frühstückserlebnis bieten. Folgende Gerichte werden zubereitet: Nougataufstrich, pikanter Aufstrich, Granolamüsli, Frischkornbrei, pikante Hirsegericht, Vollkornweckerl, ...  
Inkl. Rezeptheft und wertvolle Tipps.

### Information

<b>Kursdauer:</b>	3 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	30,00 € Teilnahmebeitrag plus € 6 für Kostproben
<b>Fachbereich:</b>	Gesundheit und Ernährung
<b>Zielgruppe:</b>	alle Interessierten
<b>Mitzubringen:</b>	3 - 4 Behältnisse für die Kostproben

### Verfügbare Termine

#### 24.04.2025 18:00, Roppen

Ort	Roppen
Beginn	24.04.2025 18:00
Ende	24.04.2025 20:30
Örtlichkeit	Mehrwecksaal, Mairhof 33, 6426 Roppen
Information	Ortsbäuerin Martina Pfausler, T 0660/4373219
Kursnummer	7-1003253
Trainer:in	Brunhilde Matt
Veranstalter	LFI Tirol Bezirk Imst