
"In Hülse und Fülle" - Hülsenfrüchte richtig zubereiten

Chili con Carne kennst du, aber was soll man denn mit

Linsen, Kichererbsen und Co machen?

Hülsenfrüchte bieten vielfältige Möglichkeiten, deinen Speiseplan zu bereichern und Abwechslung auf den Teller zu bringen. Im

Kurs lernst du, sie richtig zuzubereiten!

Wir kochen Gerichte, die du kinderleicht zuhause mit regional erhältlichen Lebensmitteln nachmachen kannst.

Hülsenfrüchte sind nicht nur High Protein Sattmacher, sie sind auch nachhaltig, gesund und schmecken!

Information

Kursdauer: 4 Einheiten

Kursbeitrag: 42,00 € Teilnahmebeitrag plus ca. 12 € für
Lebensmittel

Fachbereich: Gesundheit und Ernährung

Zielgruppe: alle Interessierten

Mitzubringen: Geschirrtuch, Messer, Schneidbrett, Behältnisse
oder Schraubgläser, Kochschürze

Verfügbare Termine