

"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

10.03.2026 19:00, Fließ

Ort	Fließ
Beginn	10.03.2026 19:00
Ende	10.03.2026 22:20
Örtlichkeit	Mittelschule, Dorf 181, 6521 Fließ
Information	Anmeldung bei Ortsbäuerin Lisa File, T +43 664 4676557
Kursnummer	7-1004495
Trainer:in	Melanie Bernroithner
Veranstalter	Ländliches Fortbildungsinstitut Tirol Bezirk Landeck