

252-11613 Bewusst Kochen: Agnes regionale und vegane Küche

Kursnr.	252-11613
Beginn	Donnerstag, 04.12.2025, 17:30 - 21:15 Uhr
Termin/e	1
Kursort	vhs, College, Küche
Entgelt	39,00 €
Ermäßigung	39,00
Kursleiter/innen	Agnes Susanne Busse
Informationen	Bitte Schürze, Geschirrtücher, Gemüse- und Allzweckmesser, sowie Dosen/Gefrierbeutel zum Transport von Speisen mitbringen. Entgelt: inklusive 12,- € Verzehrkosten Bitte beachten Sie, dass der Kurs in Sandkaulbach 13-15 stattfindet.

Bewusst essen, gesund leben und dabei das Klima schützen: Das gelingt gut mit pflanzlicher Ernährung. Die vegane Küche kann vielfältig und genussvoll sein. Frisches, regionales und saisonales Bio-Gemüse, kombiniert mit Hülsenfrüchten, Kartoffeln oder einer Vollkornkomponente ergeben dabei ein ausgewogenes Menü. So entstehen raffinierte und köstliche Gerichte, die alltagstauglich und praxisorientiert sind. Die Ernährungsberaterin Agnes Busse gibt wertvolle Impulse für die Essensplanung, so wie zu Zubereitungsvarianten und Nährstoffen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
04.12.2025	17:30 - 21:15 Uhr	Sandkaulbach 13, vhs, College, Küche