



Salat & glutenfreies Gebäck

Freitag, 25. Jun 2021, 16:30 - 20:00 Uhr

Sommerzeit ist Salatzeit!

Was macht einen guten Salat aus? Natürlich ein gutes Produkt mit der richtigen Zubereitung. Klingt einfach - ist es auch, wenn man weiß wie! Das gilt auch für das Gebäck.

Jetzt machen aber gerade diese "leichten" Speisen häufig die größten Verdauungsprobleme. Rohes und noch dazu kaltes Gemüse ist schwer verdaulich, zudem haben immer mehr Menschen Weizenunverträglichkeiten.

Beim Salat kann man mit der passenden Marinade Abhilfe schaffen. Beim Gebäck hat es häufig damit zu tun, dass Brot zum größten Teil mit modernen "Hochleistungsweizen" in Kombination mit viel Hefe und wenig Gehzeit gebacken wird.

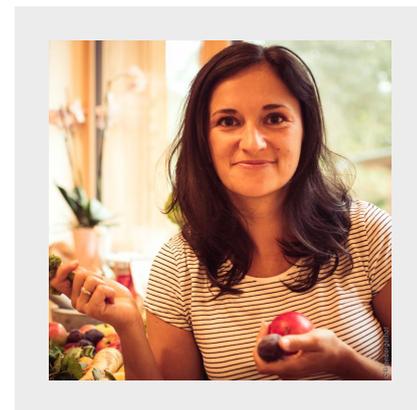
In diesem Kurs werden wir eine Salatvariation zubereiten und dazu backen wir glutenfreies bzw. glutenarmes Gebäck und verzichten dabei gänzlich auf Germ.

Wer dabei sein möchte, sollte sich recht bald anmelden! Aufgrund der Bestimmungen können nur 6 Personen teilnehmen.

Bitte auf FFP2-Maske und die gültigen Covid-Nachweise nicht vergessen!

Ich freue mich, endlich wieder mit euch werken zu dürfen!!!

Eure Elisabeth



Elisabeth
Kainz-Eisenberger

Anmeldung: (bis 18.06.2021) **Preis:**

Elisabeth Kainz-Eisenberger
elisabeth@eisenberger.at
0664 / 73 03 2446
www.eisenbergerhof.at

54,-
50,- für LeNa Mitglieder



Begegnung & Gesundheit
Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen

