



LEBENSWERT®



LEBEN

# LebensMittel machen Spass!

Mit frischem Gemüse und Obst, Kräutern der Saison feiern wir den Frühling! Suppen, Salate, einfache herrlich frisch schmeckende Gerichte und Desserts. Der Frühling bietet uns bereits eine große und bunte Vielfalt in jeder Geschmacksrichtung! Das bringt nicht nur Freude für den Gaumen, sondern macht auch großen Spass!

**ZIELGRUPPE:** Personen die im Frühling gerne gut und warm oder kalt Essen.

**REFERENT:** Marija Matovic

**DAUER:** 1 Tag (10:00 bis ca. 16.00 Uhr)

**TEILNEHMERZAHL:** mindestens 6 bis maximal 12 Personen

**KOSTEN:** Euro 39,-- inkl. aller Abgaben und Rezepten (zzgl. Lebensmittelbeitrag)

**KURSORT:** Seminarzentrum feelings, Rohr

**TERMIN: 3. Mai 2014**

## INHALT DES SEMINARS:

- Gemeinsam kochen wir ein 4gängiges Frühlingmenü (vegetarisch und vegan) – Details werden noch bekannt gegeben.
- Grundlagen der Gemüse- und Gewürzkunde

## NUTZEN DES SEMINARS:

- Erfahren Sie wie Sie einfach und schnell wertvolle und wärmende Gerichte in dieser Jahreszeit zubereiten können
- Viele praktische Tipps und Rezepte
- In den Pausen darf von den TeilnehmerInnen in vielen interessanten Koch-, Fach- und Informationsbüchern geschmökert werden.
- In einer gemütlichen Atmosphäre Austausch mit Gleichgesinnten.

## SONSTIGES:

- Bitte mitbringen: Schreibzeug (Block, Stifte, Marker) und gute Laune! ☺
- Kursbeitrag bitte möglichst genau in bar mitbringen und am Anfang des Kurses bezahlen.

Anmeldung unter [office@lebenswert-leben.com](mailto:office@lebenswert-leben.com) oder telefonisch unter 0664 5443048 (Marija Matovic) oder über das Seminarzentrum Feelings in Rohr  
[www.feelings-seminarzentrum.at](http://www.feelings-seminarzentrum.at)