

Low Carb für Genießer - Schmackhafte Gerichte und leckere Drinks

Low Carb für Genießer - Schmackhafte Gerichte und leckere Drinks -NEU-

Zu viele Kohlenhydrate, einseitige Ernährung mit Zucker und Weißmehl - wer kennt das nicht. Low Carb scheint da eine gute Alternative. Aber: Darf ich jetzt keine Kohlenhydrate mehr essen, welche Alternativen gibt es dann und muss ich ab jetzt viel Fleisch essen? Diese und viele andere Fragen stellen sich Interessierten. In diesem Kurs zaubern wir einfache und schnelle Gerichte rund um Low Carb, die sich gut in den Alltag integrieren lassen und der ganzen Familie schmecken. Tolle Rezepte für Frühstück, Mittag und Abendessen - speziell von der Dozentin für diesen Kurs entwickelt. Bitte Restbehälter und scharfes Messer/Schürze mit zum Kurs bringen. Fragen vorab gerne an Mar_H@web.de. Die Lebensmittelumlage ist direkt an die Dozentin zu zahlen.

Dozent(en):	Haas, Mareike
Veranstaltungsort:	VHS: Raum 07 - Küche
Veranstaltungstag(e):	Samstag
Zeitraum:	Sa. 30.11.2019 - Sa. 30.11.2019
Dauer:	1 Termine
Gebühren:	32,23 € (24,30 € ab 8 Teilnehmern)
Mindestteilnehmer:	6
Teilnehmer maximal:	12

Einzeltermine

30.11.2019

10:00 - 14:30 Uhr

VHS: Raum 07 - Küche