



Veganer Drei-Gang-Kochkurs
„Genussvoll pflanzlich kochen“
am 15. November von 12:30-15:30 Uhr

Winterliche Kürbis-Apfel-Suppe | Zimt |
gerösteten Maronen

Linsen-Walnuss-Braten | Cranberry Sauce | Ofengemüse

Bratapfel-Schokoladen-Mousse | Zimt | Orangenzeste

Preis pro Person 59 €

Zielgruppe

Kochbegeisterte, Einsteiger:innen in die vegane Küche, Neugierige
Die Teilnehmer:innen lernen, wie man vollwertige, leckere vegane
Gerichte zaubert und bekommen die Rezepte zum Nachkochen mit nach
Hause.

Kurskonzept

Der Kurs vermittelt praxisnahes Wissen über die vegane Küche und
erklärt:

- Grundprinzipien pflanzlicher Ernährung
- Ersatzmöglichkeiten für tierische Produkte
- Gewürz- und Kräuternutzung für intensiven Geschmack
- Kreative Präsentation von Gerichten

Sonstige Informationen

Dauer: ca. 3–4 Stunden

Kursabschluss (15–20 Min)

Gemeinsames Essen

Fragen & Tipps für die heimische Küche

Übergabe der Rezeptblätter