



Alles
KAROTTE

2. APRIL 2022 VON 10:00-15:00
FRISCHE FRÜHLINGSKÜCHE &
ALLES FÜR'S OSTERNEST

Verwöhne'
DEINE MAMA!

7. MAI 2022 VON 10:00-15:00
ALLES FÜR'S
MUTTERTAGSFRÜHSTÜCK &
GESCHENKSIDEEN

WORKSHOPS, KOCHKURSE & VORTRÄGE

FrISCHE Ideen
für die
FrühlingSküche

Hauptstraße 108
3420 Kritzensdorf

WWW.GEMUESEWERKSTATT.COM


Gemüse
WERKSTATT

Kochkurse

3. MÄRZ KNACKIGE 20 MINUTEN

2022

18:30-21:30

wir kochen alltagstaugliche Gemüsegerichte,
die in 20 Minuten auf dem Tisch stehen

€ 59,-

10. MÄRZ JUNGES GEMÜSE

2022

18:30-21:30

knackige Gemüseküche für junge Leute (ab 16 J.),
schnelle Rezepte für jeden Tag

24. MÄRZ FRÜHLINGSBRUNCH & OSTERFRÜHSTÜCK

2022

18:30-21:30

einfache Rezepte für ein abwechslungsreiches Frühstück
Brioche, Gemüsenest, Birchermüsli und Frühlingssalate

Vorträge

24. FEB MEIN WOHLFÜHLGEWICHT

2022

19:00-20:30

finde deinen persönlichen Weg zum Wunschgewicht und einem gesunden
Lebensstil, mit ernährungswissenschaftliche Tipps & Tricks und Motivation

€ 29,-

31. MÄRZ MEIN FAMILIENREZEPT

2022

19:00-20:30

wir zeigen dir praktische und kreative Ideen um deine Familie für mehr
Gemüse und eine ausgewogene Ernährung zu begeistern

Kurse für Kinder + Jugendliche

26. MÄRZ FRÜHLINGSBRUNCH & OSTERFRÜHSTÜCK

2022

10:30-13:00

wir kochen ein buntes und ausgewogenes Frühstück
Briochehäuschen, Frühlingaufstrich und Gemüsenester

€ 54,-

26. MÄRZ KOCHWERKSTATT - EINFACH KOCHEN LERNEN

2022

14:00-16:30

Kochkurs für Jugendliche ab 10 Jahren
Fritattensuppe, Erdäpfelsalat, Palatschinken süß und pikant

Anmeldung unter www.gemuesewerkstatt.com Tel: 0664/99576322
3420 Kritzendorf, Hauptstraße 108; office@gemuesewerkstatt.com