



***Kochkurs der Gesunden Gemeinde Manning
mit der Seminarbäuerin Bettina Posch***

Smart gekocht

**am Dienstag, 1. Oktober 2024
in der Küche der Volksschule Atzbach**

Frisch, frech & unkompliziert auf den Teller gebracht

Kennen Sie das? Der Hunger ist groß, der Magen knurrt, die Zeit knapp und die Kochideen fehlen auch. Gemeinsam mit einer erfahrenen Seminarbäuerin werden in diesem Kochkurs trendige, berufs- und familientaugliche, flotte Wohlfühlgerichte gezaubert. Unser Erfolgsrezept: frische Lebensmittel aus der Region, kreative, alltagstaugliche Rezepte und jede Menge Spaß am Selberkochen. Ein Kurs voller smarter Genüsse für Anfänger genauso wie für leidenschaftliche Hobbyköche und jene, die gerne ernährungsbewusst genießen. Unser Motto: Küchenlust statt Küchenfrust!

Änderungen vorbehalten.

Mitzubringen: Geschirrtücher, Hausschuhe u. Behälter für etwaige Kostproben

Der Kursbeitrag ist exkl. Lebensmittelkosten und wird bei der Veranstaltung bar kassiert.

Kursdauer: 18.30 h – 22.00 h

Kursbeitrag: € 35,00

**Anmeldung bis spätestens Montag, 23. September 2024 am
Gemeindeamt. (begrenzte Teilnehmerzahl)**