



**Samstag
18. Februar 2012
15 – 20h
Ernährungs- und Kochevent
im bio cooking in Hohenschäftlarn**

Energie in unserer Nahrung ~ was ist lebendige Nahrung?
Was verstehe ich unter einem wirklichen LEBENS-mittel...

Seien Sie neugierig und genießen Sie die Welt der veganen, rein pflanzlichen Produkte. Lecker als Rohkost und gekocht. Ich arbeite mit regionalen und saisonalen Produkten.

Wir beginnen den Nachmittag mit frisch zubereiteten grünen Smoothies. Wer sich schon vorab informieren möchte: www.gruene-smoothies.de, die Seite meiner Berliner Kollegen. Im Anschluss kochen wir gemeinsam ein veganes 5 Elemente Menü und verköstigen dieses zum gemütlichen Ausklang am Abend.

Dieser Nachmittag eignet sich sowohl für Neueinsteiger in die Welt der veganen Küche, der grünen Smoothies, der Ume Produkte, der Basen und Bitterstoffe als auch für Interessenten zur Erweiterung ...

Ausgleich 59 € (inkl. 19% MwSt.) Zahlung bar vor Ort.

Ich bitte um Anmeldung bis Mittwoch, 15.02.2012 und freue mich auf einen lebendigen Nachmittag.

Herzlichst Ihre
Andrea Nossem

