

Gesunde japanische- und schweizerische Küche

Kochkurs zum Thema Antioxidantien in Superfood

Mit **Natsume wegmann**

Diplomierte Ernährungstherapeutin SPA
EMR registrierte Ernährungstherapeutin



Kursdatum : Donnerstag, 25. 10.2018

Zeit: 18:15 – 20:45 Uhr

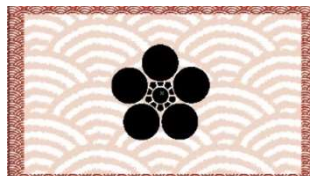
Kursort: kochevent.ch GmbH, Waffenplatzstrasse 11, 8002 Zürich

Kurskosten: CHF 120.- (Schürze und Schreibzeug bitte mitbringen)

Anmeldung: www.emindex.ch/natsume.wegmann / natsume_wegmann@gmx.net

Anmeldeschluss : 20.10.2018 (Platzzahl beschränkt)

Kursziel: Freude am Kochen , Achtsamkeit für die Ernährung und japanische Esskultur und zusammen viel Spass haben



Superfood ist ein natürliches Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen und ein Energiespender. Superfood enthalten gesundheitsfördernde Wirkstoffe in hoher Konzentration und Dichte, dass das Wohlbefinden entscheidend verbessert werden kann.

Japanische Küche ist ein Vorbild an Ausgewogenheit und Geschmack und sie ist nicht nur kalorienarm, sondern schmeckt auch noch richtig gut!

Menu: 1 Vorspeise Rooibos - Cremesuppe mit Maca

2 Japanisches Gericht

Herr Marcel Reist (Gault Millau prämierter Spitzenkoch) ist unser Gastkoch und kreiert den Hauptgang



Wir freuen uns auf ihre Teilnahme

