



Alnatura: Gesunde Küche für Vielbeschäftigte - Sommer



Garantierte Durchführung

Beschreibung

Ein gesunder Lebensstil liegt Ihnen am Herzen. Möchten Sie frische, leichte und genussreiche Menüs in Ihren hektischen Alltag integrieren?
Wir bieten zusammen mit Alnatura einen Kurs für die leichte Küche an. Ganz nach dem Motto "Eine gute Mahlzeit soll schmecken, ausgewogen und einfach zubereitet sein". Schnell, leicht, genussreich kochen in kurzer Zeit! Wir zeigen Ihnen, wie Sie raffiniert und mit ausgewählten Lebensmitteln in Alnatura Bio-Qualität kochen und die Rezepte clever kombinieren können. Ob Salate, Suppen oder Gebäck, leichte Rezepte oder Rezepte für ein Treffen mit Freunden - man muss kein geübter Koch sein (kann aber natürlich), um mit Alnatura Produkten leckere Gerichte zu zaubern.
Geniessen bis zum Schluss, wir übernehmen den Schlussabwasch für Sie!

Inhalt

- Spektakulär und leicht gekocht
- Bunter Rezepte-Mix mit Vegi-, Fleisch- oder Fischgerichten
- Saisonale und Alnatura-Zutaten
- Alltagstaugliche saisonale Rezepte
- Praktische Tipps für den Kochalltag

Voraussetzung

Bitte bringen Sie Vorratsdosen für allfällige Reste und Notizmaterial mit. Für die Schonung der Kleider empfehlen wir eine Schürze mitzunehmen.

Zielgruppe

Aktive Menschen, die einen gesunden Lebensstil mit frischer Küche im Alltag erfolgreich umsetzen wollen

Lernziele

- Sie lernen, wie Sie frisch gekochte gesunde Gerichte erfolgreich in Ihren Alltag integrieren können.
- Sie wissen, wie Sie die gerichte kombinieren und für zum Mitnehmen zubereiten können.
- Sie erweitern Ihr Repertoire an saisonalen Rezepten.

Anschluss- Fortsetzungsangebote

[Kochkurse_aus_nah_und_fern](#)
[Saisonale_Küche](#)
[Kurse_für_Süßes_und_Gebäck](#)
[Getränketermine](#)
[Basis_Kochkurse_von_A-Z](#)
[Gesund_Kochen](#)
[Fitnesskurse](#)
[Ernährungskurse](#)

Klubschule Migros Altstetten Tel. +41 44 278 62 62

Vulkanplatz 8
8048 Zürich-Altstetten

kundenservice-center@gmz.migros.ch
klubschule.ch





Alnatura: Gesunde Küche für Vielbeschäftigte - Sommer



Garantierte Durchführung

Zusatzinfo

Alle Alnatura Produkte sind grundsätzlich frei von künstlichen Farb- und Konservierungsstoffen. Weiterhin wird auf Aromastoffe aus nicht natürlichen Rohstoffen und auf modifizierte Stärke verzichtet. Mit Süßungsmitteln wird bei den Alnatura Produkten grundsätzlich sparsam umgegangen. Wenn gesüsst wird, dann werden nur natürliche Süßungsmittel eingesetzt wie Honig, Voll- und Rohrohrzucker oder Sirup. Hinzu kommt: Alle Bio-Produkte dürfen weder geschwefelt noch durch ionisierende Strahlung haltbar gemacht werden. Ebenso dürfen keine chemisch gehärteten Fette verwendet werden. Alnatura Produkte sollen so natürlich wie möglich belassen werden.

Datum

13.07.2020 / E_1409956

Zeit

18:00 - 21:50 h

Wochentage

Mo

Dauer

1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten

Preis

CHF 140.00

Durchführungsort

Klubschule Altstetten, Vulkanplatz 8, 8048 Zürich-Altstetten

Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Mo	13.07.2020	18:00 - 21:50

Klubschule Migros Altstetten Tel. +41 44 278 62 62

Vulkanplatz 8
8048 Zürich-Altstetten

kundenservice-center@gmz.migros.ch
klubschule.ch

