



# Raw Cakes: Genuss ohne Reue

<b>Beschreibung</b>	Veranstaltung mit Zertifikatspflicht. Süsser Genuss ohne Reue! Die trendige Rohkostvariante des Kuchens wird mit leckeren frischen Lebensmitteln zubereitet und muss nicht gebacken werden. Die Rohkosttorten sind nährstoffreich und kommen oft ohne tierische Produkte, Mehl und raffiniertem Zucker aus. Gesunde Zutaten wie Früchte, Beeren, Nüsse, Mandeln oder Kokos, gemischt mit feinen Gewürzen und Trockenfrüchten, garantieren die nötigen Vitamine und eine schnelle Zubereitung.
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Information zu Lebensmitteln, welche sich für Raw Cakes eignen</li><li>• Rezeptvarianten</li><li>• Dekorationsvorschläge</li><li>• Lebensmittelkunde</li><li>• Lagerung (Die Torten müssen vor dem Verzehr ca. 24 Stunden im Gefrierfach zu Hause gelagert werden.)</li></ul>
<b>Voraussetzung</b>	Interesse an gesunder Ernährung
<b>Zielgruppe</b>	Erwachsene
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sie kennen vegane, gluten- und laktosefreie Raw Cake-Varianten</li><li>• Sie wissen, wie Sie die Torten effektiv und mit verschiedenen Zutaten (auch vegan, gluten- und laktosefrei) verzieren können</li><li>• Sie wissen, wo die Zutaten erhältlich sind</li><li>• Sie erhalten Informationen zur Lagerung</li></ul>
<b>Anschluss-Fortsetzungsangebote</b>	Weitere Kurse unter <a href="#">Kochen_und_Genuss</a>
<b>Datum</b>	25.11.2021 / E_1508617
<b>Zeit</b>	18:00 - 21:20 h
<b>Wochentage</b>	Do
<b>Dauer</b>	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten
<b>Preis</b>	CHF 116.00

**Klubschule Migros St. Gallen** Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2  
9001 St. Gallen

info.sg@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Raw Cakes: Genuss ohne Reue

**Durchführungsort** Bahnhofplatz 2, 9001 St. Gallen

<b>Termine</b>	<b>Tag</b>	<b>Datum</b>	<b>Zeit</b>
	1 Do	25.11.2021	18:00 - 21:20

**Klubschule Migros St. Gallen** Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2  
9001 St. Gallen

info.sg@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

