



Gesunde Küche für Vielbeschäftigte (Low Carb)

Beschreibung	Ein gesunder Lebensstil liegt Ihnen am Herzen. Möchten Sie frische, leichte und genussreiche Menüs in Ihren hektischen Alltag integrieren? Schnell, leicht, genussreich kochen in kurzer Zeit! Wir zeigen Ihnen, wie Sie raffiniert und mit wenig Kalorien und Kohlenhydraten (Low Carb) kochen und die Rezepte clever kombinieren können.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Alltagstaugliche, schnelle Rezepte• Praktische Tipps für den Kochalltag• Spektakulär und leicht (Low Carb) gekocht• Bunter Rezepte-Mix mit Veggie-, Fleisch- und Fischgerichten• Saisonale Zutaten
Voraussetzung	<ul style="list-style-type: none">• Sie können ein in der Schweiz gültiges Covid-Zertifikat und einen amtlichen Ausweis mit Foto vorweisen.
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie lernen, wie Sie frisch gekochte Low Carb Rezepte erfolgreich in Ihren Alltag integrieren können.• Sie wissen, wie Sie mit einmal Kochen verschiedene Menüs zubereiten können.• Sie erweitern Ihr Repertoire an saisonalen Low Carb Rezepten.
Methodik/Didaktik	<ul style="list-style-type: none">• Erwachsenengerechter, erlebnis- und prozessorientierter, alle Sinne ansprechender Unterricht• Theorie und Praxis
Anschluss-Fortsetzungskurs	<ul style="list-style-type: none">• Fit_und_gesund_kochen• Kurs_nicht_gefunden?_Teilen_Sie_uns_Ihren_Kurswunsch_mit.
Zusatzinfo	<ul style="list-style-type: none">• Dieses Angebot ist aufgrund der aktuellen Covid-Verordnung zertifikatspflichtig
Datum	05.01.2022 / E_1543558
Zeit	18:00 - 21:30 h
Wochentage	Mi
Dauer	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten
Preis	CHF 120.00

Klubschule Migros Baden Tel. +41 58 568 97 97

Nordhaus 3 / Güterstrasse
5400 Baden

klubschule.baden@migrosaare.ch
klubschule.ch





Gesunde Küche für Vielbeschäftigte (Low Carb)

Durchführungsort Nordhaus 3 / Güterstrasse, 5400 Baden

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mi	05.01.2022	18:00 - 21:30

Klubschule Migros Baden

Tel. +41 58 568 97 97

Nordhaus 3 / Güterstrasse
5400 Baden

klubschule.baden@migrosaare.ch
klubschule.ch

