



# Vegane Küche

<b>Beschreibung</b>	Die vegane Küche bietet vielseitige, köstliche und leichte Alltagsgerichte. Ideal für jeden Tag, aber auch, wenn Sie spontan Besuch von Gästen bekommen. Hier kochen Sie leichte Gerichte ohne Fleisch und Fisch, Eier und Milchprodukte.
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zubereitung leckerer Gerichte aus der veganen Küche</li><li>• Nährstoffzusammensetzung bei veganen Gerichten</li><li>• Vegane Ernährung für Allergiker</li><li>• Wie können tierische Lebensmittelprodukte ersetzt werden</li><li>• Tipps für den Einkauf</li></ul>
<b>Voraussetzung</b>	Kochkenntnisse. Der Kurs richtet sich an Personen, die ohne Fleisch/Fisch/Eier und Milchprodukte kochen möchten.
<b>Zielgruppe</b>	Erwachsene
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sie können verschiedene vegane Gerichte zubereiten</li><li>• Sie wissen, wo Sie die Lebensmittel einkaufen können</li></ul>
<b>Anschluss-Fortsetzungsangebote</b>	Weitere Kurse unter <a href="#">Kochen_und_Genuss</a>
<b>Zusatzinfo</b>	Die Zeiten verstehen sich inklusive Essenszeit. Nach dem Essen übernehmen wir den Abwasch für Sie.
<b>Datum</b>	22.10.2022 / E_1580037
<b>Zeit</b>	10:00 - 13:20 h
<b>Wochentage</b>	Sa
<b>Dauer</b>	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten
<b>Preis</b>	CHF 116.00
<b>Durchführungsort</b>	Gartenstrasse 5, 7000 Chur

**Klubschule Migros Chur** Tel. +41 58 712 44 40

Gartenstrasse 5  
7001 Chur  
info.ch@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Vegane Küche

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Sa	22.10.2022	10:00 - 13:20

**Klubschule Migros Chur**

Tel. +41 58 712 44 40

Gartenstrasse 5  
7001 Chur

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

