



*Gesundheit liegt in Deinen Händen*

# Kochkurs Ölwechsel in der Küche

## Fette & Öle, Nüsse & Samen

Kochpraxis mit Annette Blikslager, Ernährungstherapeutin

Glücksküche in Heeßel- Burgdorf, Heisterkampsweg 21

Mittwoch 23. 2. 2023

### Vorläufiger Menüplan



Knuspersaat Cracker mit Walnuss-Paprika Dip



Auf der Haut gebratener Lachs auf Kokosrahm Wirsinggemüse



Chia-Mango Creme mit Himbeersauce



Für weitere Infos rufen Sie mich gerne an, schreiben Sie mir eine e-mail oder schauen auf meine Homepage  
Tel.: 05136-7693, [post@die-glueckskueche.de](mailto:post@die-glueckskueche.de), [www.die-glueckskueche.de](http://www.die-glueckskueche.de)

Bitte bringen Sie eine Schürze und verschließbare Behälter mit.

Verbindliche **Anmeldung** durch die Überweisung der Kursgebühr von **37€** an: Die Glücksküche,  
IBAN DE25 1001 0010 0321 4251 22 (Postbank) Verwendungszweck: Kochkurs Ölwechsel 23.2.2023

Die Lebensmittelgebühren von ca. 13 Euro werden im Kurs umgelegt. Durch die Überweisung der Gebühr, wird die Anmeldung verbindlich. Ich bitte um Verständnis, dass ich die Zusagen nach Anmeldung sortiere. Sollte der Kurs voll sein, setze ich Sie gern auf eine Warteliste bzw. erstatte den Betrag. Maximale Teilnehmerzahl 8.