



Gesundheit liegt in Deiner Hand

Powerfood

Es grünt so grün

Kochpraxis mit Annette Blikslager, Ernährungstherapeutin

Glücksküche in Heeßel- Burgdorf, Heisterkampsweg 21

Donnerstag 23. 3. 2023

Vorläufiger Menüplan



Chicorée-Wildkräuter- Grapefruit-Sprossen Salat
mit karamellisierten Nüssen & Himbeer-Lavendel Dressing (4 Pers.)



Cremige Maispolenta mit Brennessel Erbsen Ragout und Ziegenkäsenocke



Grüner Power Smoothie mit Microgreens



Zur Anmeldung und 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 www.die-glueckskueche.de

Bitte bringen Sie eine Schürze und verschließbare Behälter mit.

Verbindliche **Anmeldung** durch die Überweisung der Kursgebühr von **40 €** an: Die Glücksküche
IBAN DE25 1001 0010 0321 4251 22 (Postbank) Verwendungszweck Kochkurs: Es grünt so grün, 23.3.2023
Die Lebensmittel Kosten von 13 € / Pers. werden im Kurs umgelegt. Maximale Teilnehmerzahl 8.