



*Gesundheit liegt in Deinen Händen*

## Griechische Meze

# Hülsenfrüchte – kleine Kraftpakete

Kochpraxis mit Annette Blikslager, Ernährungstherapeutin

Glücksküche in Heeßel- Burgdorf, Heisterkampsweg 21

Donnerstag, 26.10. 2023 18-22 Uhr

## Vorläufiger Menüplan vegetarisch

Kichererbsen – Rote Bete Salat mit Schafskäse



Weißer Bohnenmus mit gerösteten Haselnüssen



Gefüllte Weinblätter mit Tomatensugo



Tamarie-Knuspermandeln

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](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 **40 €** an: Die Glücksküche

IBAN DE 25 1001 0010 0321 4251 22 (Postbank) Verwendungszweck Kochkurs: Meze 2023

Die Lebensmittel Kosten von 13 € / Pers. werden im Kurs umgelegt. Maximale Teilnehmerzahl 8.