

Saisonales Gemüse

Gaumenfreuden im Herbst

Online-Kochworkshop am Donnerstag, den 19. September 2024 von 18:00 bis 19:30 Uhr

Mit dem Herbst bereichert eine **große Vielfalt an heimischen Gemüsesorten** unser Lebensmittelangebot, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten!

Im Saisonkalender für den Herbst finden sich wahre „Gesundheits-Booster“. Verschiedene Sorten an Kohl- und Wurzelgemüse wie Spitzkohl, Rote Bete oder Pastinake sind nur einige Beispiele der regional verfügbaren Köstlichkeiten im Herbst. Sie versorgen uns mit wertvollen Vitaminen und vielen Ballaststoffen, stärken unser Immunsystem und tragen so zur Aufrechterhaltung unserer Gesundheit bei.

Auch geschmacklich gesehen hat der Herbst viel zu bieten. Mit dem heimischen Herbstgemüse lassen sich vielerlei leckere Aufläufe, wärmende Suppen und aromatische Ofengerichte zaubern. Überzeugen Sie sich selbst von den kulinarischen Vorzügen des Herbstes!

Entdecken Sie herbstliche Gaumenfreuden aus der Heimat

In unserem **Online-Kochworkshop** lernen Sie gemeinsam mit uns raffinierte und aromatische Rezepte kennen, passend zur goldenen Jahreszeit – **saisonal, regional, gesund und lecker**.

In **90 Minuten** bereiten wir Schritt für Schritt ein **herbstliches Menü** aus Vorspeise und Hauptspeise zu. Dabei kochen Sie wahlweise mit Fleisch oder Fisch, vegetarisch oder vegan. Am Ende des Workshops stehen die Gerichte dann genussfertig in Ihrer Küche. Während des gemeinsamen Kochens erhalten Sie ganz nebenbei wertvolles Wissen rund um die Zubereitung, die verwendeten Lebensmittel und die heimische Herbstküche.

Die Zutatenliste und die Rezepte sind **für vier Personen ausgelegt**. Der Kochworkshop eignet sich daher auch hervorragend für einen **gemütlichen Herbstabend mit Freunden oder der Familie**.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann melden Sie sich gleich an unter: www.vividabkk.de/kochworkshop

Hier können Sie bereits die Rezepte sowie eine Einkaufsliste mit allen benötigten Zutaten herunterladen. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie diese neben den Zugangsinformationen ebenfalls per E-Mail zugeschickt. Als zusätzliches Extra dürfen Sie sich über die Zusendung unseres exklusiven Rezept-Booklets „Heimisches Powerfood im Herbst – Ofen Spezial“ freuen.

Haben Sie Fragen?

Rufen Sie uns gerne an –
Sophia Hauser freut sich auf Ihren Anruf unter der Telefonnummer 07720 9727-11566.

Stand: 15.08.2024