



<https://biz.li/4akm>

# KOCH-EVENT AM 15. OKTOBER MIT DEM VEREIN "GEWINNEN IN GESUNDHEIT"

Veröffentlicht am 09.10.2018 um 11:01 von Redaktion LeineBlitz

**Der Verein "Gewinnen in Gesundheit" lädt zum**

**Kochevent am 15. Oktober von 18 bis 21 Uhr im Seminarraum des NABU Grasdorf, Ohestraße 14, mit Gesundheits-Trainerin und Ernährungsberaterin Anita Zechel ein.** . Die Wildkräuterküche ist auch im Oktober noch aktiv. Wildkräuter sind mit ihrem hohen Mineralien und Spurenelementen, Bitterstoffen und Chlorophyll für den Stoffwechsel in unserem Körper sehr wertvoll und regen den gesamten Stoffwechsel an. Es wird ein 3-Gänge-Menü zubereitet und dabei werden die Teilnehmer einige Wildkräuter mitverarbeiten. Informationen über eine basische Ernährung und was bietet uns die Lebensmittelindustrie an? Wie können wir uns einfach, lecker, gesund, preiswert und gut ernähren? Die Kosten inklusive Lebensmittelumlage und Rezepte beträgt 25 Euro. Anmeldungen sind bis zum 14. Oktober in der Geschäftsstelle unter (05 11) 84 89 55 52 oder (01 77) 3 35 29 42.