



STEIN EGERTA



Kurs 9A29

Ayurvedisch Kochen für den Alltag: Das besondere Festmahl

Beginn/Dauer

Montag, 16. November 2020,
18.00 bis 22.00 Uhr

Ort

Primarschule, Schulküche, Triesen

Referent/in

Deborah Guglielmo (0041 79 9273829), Remo Guglielmo

Kosten

CHF 55.-
CHF 40.- Material (Materialkosten werden zusätzlich von der Kursleistung eingezogen)

Mitbringen

Schreibmaterial, Geschirrtuch, Schürze und zwei Essensboxen

Hinweise

Anmeldeschluss: Montag, 9. November 2020

Organisation

Gemeinde Triesen

Kursziel

Überraschen Sie Ihre Lieben dieses Jahr mit einem ayurvedischen Weihnachtsschmaus. Die Teilnehmenden lernen die ayurvedische Küche hautnah kennen und erfahren, wie und mit welchen ayurvedischen Zutaten und Speisen sie ein aussergewöhnliches und köstliches Festessen kreieren können.

Inhalt

Ayurveda, diese Küche dient nicht nur zur Erhaltung der Gesundheit, sie ist auch sehr lecker. Der Ursprung des Ayurveda ist zwar in Indien, die Ayurveda-Küche ist aber nicht mit der indischen Küche zu verwechseln. Wir kochen gemeinsam ein köstliches, mehrgängiges Festmahl. Lassen Sie sich durch spannende, neue Rezepte und vertieftes Wissen inspirieren. In gemeinsamer Runde kochen und geniessen wir anschliessend.

Leitung

Deborah Guglielmo ist Ayurveda-Ernährungs- und Gesundheitsberaterin. Ihr Mann Remo ist ausgebildeter Koch mit Zusatzausbildung in Ayurveda Küche.

Ayurvedisch Kochen für den Alltag: Das besondere Festmahl

Ayurveda, das Wissen vom langen Leben

Montag, 16. November 2020