



5. Kochworkshop "Nachhaltig Kochen im Frühling - fair und mit Genuss"

Wie schmecken z.B.
Quinoa, schwarze Bohnen oder
lila Reis?

Was verstehen wir unter
fairem Handel?

Und wie lassen sich Produkte
aus dem Globalen Süden mit
Lebensmitteln kombinieren,
die regional auf unseren
heimischen Feldern wachsen?



Die Fairtrade - Steuerungsgruppe" lädt am 11.04.2024 um 18 Uhr wieder alle Interessierten zu einem besonderen Kochabend in die ehem. Hauptschule in Ladbergen ein.

Zusammen mit der Referentin **Kristin Duwenbeck** werden Sie in lockerer Atmosphäre ein leckeres vegetarisches 3-Gänge Menü aus nachhaltigen Zutaten zaubern - fair, bio & saisonal.

Bei Küchengesprächen und einem gemeinsamen Essen bleibt viel Zeit, sich über Themen wie Lebensmittelwertschätzung, Fairer Handel und klimaverträgliche Ernährung auszutauschen.

Interesse geweckt?

Dann melden Sie sich bitte bis zum 05.04.2024 an bei Ilse Nowak.

Tel. 05485 2146

Die Teilnahmegebühr inkl. Lebensmittelumlage beträgt 21,00 €

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen beschränkt.