

VORTRAG ONLINE

Mahlzeit!

Essen mit Genuss und heimischem Superfood



© Maria Zehner

Online via
Zoom

Dienstag
26. September
19.30 Uhr

Online-Raum
zoom.us/j/89213595002

Die Teilnahme ist kostenlos

Sophie Waldmann BEd MA
Ernährungspädagogin & Gastrosophin
UNESCO Biosphärenpark Salzburger
Lungau - Bildungsreferentin

Nährstoffreiches Superfood ist in aller Munde, doch auf was gilt es dabei zu achten? Müssen es immer Chiasamen oder Gojibeeren aus fernen Ländern sein?

Gemeinsam beschäftigen wir uns mit genussvollem Essen aus der Biosphäre, welches nicht nur schmeckt, sondern auch als Superfood unseren Körper bestens versorgt und unseren Sinnen Gutes tut. Rezeptvorschläge inklusive.

Diese Online-Veranstaltung wird von den Bildungswerken Muhr und Zederhaus gemeinsam angeboten.

