



© stock.adobe.com

# BOHNEN, LINSEN & CO.

## Hülsenfrüchte bitte zu Tisch

In diesem Kochkurs dreht sich alles um die hochwertigen Hülsenfrüchte.

Als wertvoller pflanzlicher Eiweiß- und Mineralstofflieferant finden Hülsenfrüchte immer mehr Einzug in die Küche.

Dank ihrer guten Lagerfähigkeit stehen sie das ganze Jahr über zur Verfügung.

Ob als Vorspeise, Suppe, Hauptgericht, Beilage oder Dessert - die Hülsenfrucht eignet sich sowohl als Solist als auch als Beilage.

Gemeinsam mit Seminarbäuerin Anita Winkler werden wir die vielseitigen Hülsenfrüchte zu raffinierten Speisen verarbeiten.

Abschließend können weitere Tipps und Tricks zur Verarbeitung von Hülsenfrüchten beim gemeinsamen Essen in Erfahrung gebracht werden.

Freuen Sie sich auf einen genussvollen und lehrreichen Abend, an dem Sie die Vielfalt und den Geschmack der Hülsenfrüchte neu entdecken werden.

### REGIONAL LFI SÜDWESTSTIERMARK

#### ZEIT UND ORT

- 🕒 Fr., 16. Feb. 2024,  
17:00 bis 20:00 Uhr
- 📍 MS Gleinstätten  
Gleinstätten 149, 8443 Gleinstätten

#### KOSTEN

- € 28,00 TN-Beitrag  
inkl. Unterlagen, exkl. Lebensmittel

Teilnehmer aus den Gemeinden Gleinstätten, Großklein und Kitzeck im Sausal erhalten eine Förderung von 15,00 € aus den Mitteln des Klima- und Energiefonds.

#### REFERENTIN

Anita Winkler, Seminarbäuerin

#### MITZUBRINGEN

Schürze, Behälter fürs mit nach Hause nehmen der Köstlichkeiten

#### ANMELDUNG

Bei der Gemeindebäuerin Maria Schmid

T 0664 / 37 00 430  
(Anmeldung bitte spätestens 12. Februar)

#### IN KOOPERATION MIT