



## **Kochwerkstatt**

**– genussvolle, schnelle Küche für Ihren vitalen Tag –**

Schnelle, vitale Küche ist kein Workshop im herkömmlichen Sinne. Er ist mehr!

- ✓ es geht um Ihren Arbeitsalltag und um vitale Rezepte für Ihren Bedarf
- ✓ Hier wird's aktiv! Das Spüren, Schmecken, Tun und Genießen steht im Vordergrund.

Das heißt,

- ✓ Sie lernen mehr über Lebensmittel und Speisen sowie deren Zubereitung.
- ✓ Sie selbst werden aktiv und spüren live wie genussvoll, vitale Küche für den Berufsalltag schmecken kann.

Dauer: 180 min Zusatzplus: Ausführungsort ist der wo auch der Alltag stattfindet – in einer Küche oder einer Kantine, Handout

Ich freue mich Sie in die Berufsküche einweisen zu dürfen – Ihr Genusscoach



Mag. Christina Frauenschuh  
Ernährungsexpertin & Genusscoach

*Genussvoll gesünder durch's Leben*