

## Geplante Kochevents ab Herbst 2019

- **Schnelle und leckere Frischkost für den Berufsalltag, Freizeit oder für regelmäßige Entlastungstage**
- **Hafer – Die Alleskörner: Tolle Rezepte und Einsatzmöglichkeiten von Hafer und Gerste**

**Wann: Termine auf Anfrage, Zeitdauer 3 Stunden**

**Wo: Raum Aschaffenburg, Ort wird noch bekannt gegeben**

**Unkostenbeitrag: 55 € plus Lebensmittel-Kosten**

**Bitte mitbringen: Kochschürze, gute Laune und Freude am Umgang mit natürlichen Lebensmitteln und Küchengeräten**

---

Interesse am Kochevent (Zutreffendes bitte ankreuzen)

- „Fit mit Frischkost im Alltag“ oder
- „Hafer- Die Alleskörner“

Aschaffenerburger Forum für Ernährungsberatung, Weißenburgerstr.44,  
Aschaffenburg, Fax: 06021/440437 oder e-mail:  
monikabrenz@ernaehrungsforum-ab.de

NAME: .....

ADRESSE: .....

TELEFON: .....

e-mail: .....

Allergien/Unverträglichkeiten: .....

***Hiermit habe ich unter den genannten Teilnahmebedingungen Interesse an einem Frischkost- Kochkurs.***

***Ich habe außerdem an folgenden Kochthemen Interesse:***

.....

.....