



## KOCHKURS LEICHTE FRÜHLINGSKÜCHE



Gesunde Ernährung ist eine lebenslange Herausforderung. Essen soll vor allem Spass machen und darf nicht einseitig und langweilig sein – nach der langen Winterzeit dürfen wir uns im Mai wieder über neues Gemüse und frische Kräuter freuen. Um Ihnen einige Anregungen für eine lustvolle Frühlingsküche zu geben haben wir uns entschlossen, Ihnen einen (einmaligen) Kochkurs mit der erfahrenen Ernährungsberaterin Elisabeth Achermann anzubieten.

### Kochkurs

Datum:

Zeit:

Ort:

Kosten:

Mindestteilnehmerzahl:

Maximalteilnehmerzahl:

Anmeldung:

Anmeldeschluss:

Aufnahme:

Ausrüstung:

### Leichte Frühlingsküche

Freitag, 7. Mai 2010

10.30 Uhr bis 13.30 Uhr

Klubschule Migros, Schulküche, Herrenacker, 8200 Schaffhausen

Fr. 66.—pro Person

6 Personen

12 Personen

mit untenstehendem Talon an E. Brogle

Freitag, 23. April 2010

erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung

Küchenschürze

Dieser Kurs wendet sich auch an Personen, die bereits die Mittelmeerkochkurse im Juni 2007 besucht haben. Das Menu ist auch für Kleinhaushalte (1 bis 2 Personen) geeignet. Es kommen vor allem regionale und saisonale Lebensmittel zum Einsatz.

Bitte melden Sie sich baldmöglichst mit unten stehendem Talon an. Sollte der Kurs nicht zustande kommen werden wir Sie rechtzeitig darüber informieren. Die Rechnung erhalten Sie direkt von der Klubschule Migros.

Wir freuen uns schon jetzt auf interessante und kulinarisch vergnügliche Stunden mit Ihnen!

Schaffhausen, 29. Januar 2010/eb

Elisabeth Achermann und Esther Brogle

Anmeldung bis spätestens 23. April schriftlich an E. Brogle, alte Gasse 12, 8200 Schaffhausen

-----Anmeldetalon-----

Kochkurs Leichte Frühlingsküche vom Freitag, 7. Mai 2010, 10.30 bis 13.30 Uhr, Klubschule Migros

Ich melde mich (uns) verbindlich an:

Name.....Adresse.....

Tel. Nr. ....Datum..... Unterschrift.....

ev. 2. Name.....Adresse:.....

Tel.Nr.....