

Wir kochen vegan!

Essen ohne Fleisch – ein neuer Trend und ein neuer Kurs der Volkshochschule Mittelsachsen.

Am Dienstag, dem 05. Juni 2014, wird um 18.00 Uhr im Berufsschulzentrum in Freiberg, Turnerstraße 5, Seiteneingang, ein Kurs zum veganen Kochen durchgeführt.

Immer mehr, vor allem junge Menschen, verzichten aus unterschiedlichen Gründen auf jegliche Produkte vom Tier.

Kann eine solche rein pflanzliche Kost den täglichen Nährstoffbedarf sicher decken? Auf was muss Mann/Frau bei der Zubereitung von veganen Speisen achten? Diese Fragen werden im Kochkurs unter Leitung der Ernährungsberaterin Frau Sabine Hundt beantwortet.

Anmeldungen für diesen neuen Kurs sind in der Volkshochschule in Freiberg, Burgstraße 19, unter der Telefonnummer: 03731 1613060 möglich.

12.05.2014