Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Fan-Mitglieder!

Sie erhalten hiermit den **4.** Infoletter von „1fach-kochen.at". Dieser wird ca. 3 x pro Jahr ausgesandt und informiert Sie über aktuelle Themen rund um „1fach-kochen".

Neu!!! News-Flash:

++ Neue Bilder zu diversen Workshops auf www.1fach-kochen.at ++ Diverse Veröffenlichungen in den „Bezirks Blättern" ++ Neues Skriptum „4-gängige Menüs für besondere Anlässe ++ Skripten nun auch auf CD im Online-Shop erhältlich ++ Neue Gratis-Rezepte des Monats ++ Obst & Gemüse des Monats nun für's ganze Jahr ++

Neu!!! Skripten nun auch auf CD im Online-Shop erhältlich:

Vorteile:

- **Für den Eigengebrauch beliebig oft ausdruckbar**
- **Ein Fleck am Skript > kein Problem mehr ☺**
- **Jederzeit neu in Farbe oder in sw/ws, 1- oder 2-seitig ausdrucken**
- **Gut archivierbar**

Mitglieder der **„Fan-Gemeinde"** bekommen **Rabatt** auf Skripten und CD's!

Natürlich können Skripten & CD's auch mit „1fach-kochen"-Gutscheinen gekauft werden.

Neue „Rezepte des Monats" stehen zum Download bereit:

Spargelrisotto mit Garnelen

Erdbeer-Schoko-Tiramisu

Melonencocktail

Würziger Käseaufstrich

Mediteranes Chili Con Carne

Impressum:
Karin Gratzer, Alte Landstraße 20b, 5112 Lamprechtshausen
E-Mail: info@1fach-kochen.at Web: www.1fach-kochen.at

Aktuelle Termine von September bis November 2014:

"Richtig essen macht Kinder schlau & fit"
Präsentation des neuen Workshops beim
Herbsttreffen des KBW Salzburg
am Sa., den 20.9.2014
zw. 15:30 - 16:15 Uhr
in Bildungshaus St. Virgil
(S) Salzburg

"Gesundes Essen leicht gemacht"
Kochworkshop für Senioren
am Fr., den 26.9.2014
von 17:30 - 20:00 Uhr
in der VS Kaprun
(S) KBW Kaprun

"Kochen macht Spaß"
Kinder-Kochworkshop
am Sa., den 18.10.2014
von 10:00 - 13:20 Uhr (4 UE)
in der MHS Lamprechtshausen
(S) VHS Lamprechtshausen

"Gesundes Essen leicht gemacht"
Vegetarisches Menü
am Do., den 23.10.2014
von 18:30 - 22:00 Uhr
in der NMS Brixlegg
(T) EKIZ Kramsach

"Miteinander kochen macht Spaß"
Eltern-Kind-Kochworkshop
am Do., den 30.10.2014
von 17:00 - 20:00 Uhr
(S) KBW Tamsweg

"Gesundheit kann man essen"
"Gemüsehits für Jedermann"
1. Teil: Vortag
am Do., den 13.11.2014
von 19:00 - 21:00 Uhr (2,5 UE)
in der MHS Lamprechtshausen
(S) VHS Lamprechtshausen

"Gesundheit kann man essen"
"Gemüsehits für Jedermann"
2. Teil: Kochworkshop
am Fr., den 14.11.2014
von 18:00 - 21:20 Uhr (4 UE)
in der MHS Lamprechtshausen
(S) VHS Lamprechtshausen

"Richtig Essen
... macht Kinder schlau & fit"
1. Teil: Vortag
am Do., den 20.11.2014
von 19:00 - 21:00 Uhr
in der VS Kramsach
(T) EKIZ Kramsach

"Richtig Essen ...
... macht Kinder schlau & fit"
2. Teil: Kochworkshop Schuljause-Buffet
am Do., den 27.11.2014
von 19:00 - 21:00 Uhr
in der VS Brixlegg
(T) EKIZ Kramsach

Liebe Grüße
vom „1fach-kochen"-Team
Karin & Christian

Impressum:
Karin Gratzer, Alte Landstraße 20b, 5112 Lamprechtshausen
E-Mail: info@1fach-kochen.at Web: www.1fach-kochen.at