Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Fan-Mitglieder!

Sie erhalten hiermit den **7.** Infoletter von **„1fach-kochen.at"**. Dieser wird 3 x pro Jahr ausgesandt und informiert Sie über aktuelle Themen rund um **„1fach-kochen"**.

„News-Flash": ++ Neue Bilder zu diversen Workshops ++ **Neuer Workshop: „Wir machen uns einen Burger selber"** ++ Neue „Rezepte des Monats" gratis zum Downloaden ++ **Jetzt geben wir voll-„GAS"** ++ **Gewinnspiel** ++

Seit Juli ist das „1fach-kochen"-Team umweltfreundlich im neuen, ***„Erdgas"*** - betriebenen Seat Leon TGI I-Tech, bei nur 94g CO2-Ausstoß, unterwegs.
So werden die Workshop schon fast zu „green events" ☺.

Im Oktober 2015 wird die 1fach-kochen Homepage bereits 3 Jahre. Zu diesem Anlass veranstalten wir wieder ein **Gewinnspiel**.

Dieses Mal werden 10 Preise verlost!

Teilnahmeberechtigt sind: Alle **„Fan-Mitglieder"** von „1fach-kochen"

(Anmeldung unter: http://www.1fach-kochen.at/1fach-kochen-fan-gemeinde/)

Die Gewinnfrage lautet: „Wie viele verschiedene Skripten sind bereits über den Onlineshop von „1fach-kochen" erhältlich?" **7**, **9**, oder **11** Skripten?

Senden Sie ein E-Mail mit dem Betreff: **„Gewinnspiel"** und der richtigen Antwort an info@1fach-kochen.at!

Einsendeschluss ist der 30. November 2015.

Die **Verlosung** findet Anfang Dezember 2015 statt. Die 10 Gewinner erhalten jeweils ein Skriptum mit zahlreichen Rezepten per Post zugesandt.

Teilnahmebedingung: Die Gewinner sind mit der Veröffentlichung auf der Homepage einverstanden. **Der Rechtsweg ist ausgeschlossen!**

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

Aktuelle Termine:

>> Workshopangebote 2015 <<
>> von Sep. – Dez. 2015 <<

"Richtig essen ...
... macht Kinder schlau & fit"
1. Teil: Vortrag
am Di., den 22.9.2015
von 19:00 - 21:00 Uhr
in Kirchbichl
(T) EKIZ Kirchbichl-Angarth
mehr ...>>>

"Richtig essen ...
... macht Kinder schlau & fit"
2. Teil: praktischer Teil
am Di., den 29.9.2015
von 19:00 - 21:30 Uhr
in Kirchbichl
(T) EKIZ Kirchbichl-Angarth
mehr ...>>>

"Richtig essen ...
... macht Kinder schlau & fit"
2-teilg geblockt: Vortrag & Kochworkshop
am Fr., den 9.10.2015
von 17:00 - 20:30 Uhr
in "Die Künstlerei" Tamsweg
(S) Lungauer Frauentreff Tamsweg
mehr ...>>>

"Heute sind die Männer die Helden der Küche"
Männer-Kochworkshop
am Fr., den 16.10.2015
von 18:00 - 21:55 Uhr (4,5 UE)
in der NMS Schulküche
(S) VHS Oberndorf
mehr ... >>>
Zur Anmeldung über die VHS >>>

"4-gängiges Herbstmenü"
Kochworkshop
am Fr., den 30.10.2015
von 18:00 - 21:20 Uhr
in der NMS Schulküche
(S) VHS Lamprechtshausen
mehr ... >>>
Zur Anmeldung über die VHS >>>

"Miteinander kochen macht Spaß"
Eltern-Kind-Kochworkshop
am Sa., den 7.11.2015
von 10:00- 13:20 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>
Zur Anmeldung über die VHS >>>

"Die Suppenwerkstatt"
Kochworkshop
am Fr., den 13.11.2015
von 18:00 - 21:20 Uhr (4 UE)
in der NMS Schulküche
(S) VHS Lamprechtshausen
mehr ... >>>
Zur Anmeldung über die VHS >>>

"Miteinander kochen macht Spaß"
Eltern-Kind-Kochworkshop
am Sa., den 14.11.2015
von 10:30 - 14:00 Uhr
(S) EKI Fuschl am See
mehr ... >>>

"Heute sind die Männer die Helden der Küche"
Männer-Kochworkshop
am Fr., den 20.11.2015
von 18:00 - 21:30 Uhr
(T) EKIZ Kramsach

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

"Weihnachtsbackkurs"
Eltern-Kind-Kochworkshop
am Sa., den 12.12.2015
von 10:00 - 13:20 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
Zur Anmeldung über die VHS >>>

>> Workshopangebote 2016 <<
>> von Jänner - Juni 2016 <<

"Gesundes Essen leicht gemacht"
1. Teil: Vortrag
am Mi., den 20.1.2016
von 19:00 - 21:00 Uhr
in der NMS Eugendorf
(S) EKI Eugendorf
mehr ... >>>

"Gesundes Essen leicht gemacht"
2. Teil: Kochworkshop
am Mi., den 27.1.2016
von 19:00 - 21:30 Uhr
in der NMS Eugendorf
(S) EKI Eugendorf
mehr ... >>>

"Miteinander kochen macht Spaß"
Eltern-Kind-Kochworkshop
am Sa., den 27.2.2016
von 10:00 - 13:20 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>

Einen schönen Herbst
wünscht das „1fach-kochen"-Team
Karin & Christian

"Kochkurs für SeniorInnen"
SeniorInnen-Kochworkshop
am Fr., den 18.3.2016
von 16:30 - 19:50 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>

"Kinder-Kochworkshop"
Kinder-Kochworkshop
am Sa., den 2.4.2016
von 10:00 - 13:20 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>

"Die Kreative Nudelküche"
Erwachsenen-Koch-Workshop
am Fr., den 15.4.2016
von 17:30 - 21.15 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>

"Das bunte Kinderpartybuffet"
Erwachsenen-Koch-Workshop
am Fr., den 10.6.2016
von 18:00 - 21:20 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>

"Heute sind die Männer die Helden der Küche"
Männer-Kochworkshop
am Fr., den 24.6.2015
von 18:00 - 21:20 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>
Zur Anmeldung über die VHS >>>

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