Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Fan-Mitglieder!

Sie erhalten hiermit den **6.** 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 auf www.1fach-kochen.at ++

++ Neuer Workshop: „Jetzt kommt Fisch auf den Tisch" mit neuem Skriptum ++

++ Neue Gratis-Rezepte des Monats zum Downloaden ++

++ Neuer Workshop: „Heute sind die Männer die Helden der Küche" ++

Achtung!!! Sämtliche Rezepte des Monats ab Oktober 2014 stehen den Fan-Mitgliedern kostenlos zum Download zur Verfügung. Jetzt Mitglied werden!

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:

Zanderfilets auf Gemüsebett überbacken

Karotten-Nuss-Aufstrich

Bärlauch-Ricotta-Tascherl mit Bärlauchpesto

Topfensoufflé mit Vanillesoße oder Erdbeerspiegel

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

Aktuelle Termine von Juli bis Dezember 2015:

"Kochen macht Spaß mit Karin"
Kinder-Kochworkshop
"Burger selber machen"
am Di., den 21.7.2015
von 16:00 - 19:30 Uhr
(S) Gemeinde St. Koloman
(Ferienprogramm)
mehr ... >>>

"Kochen macht Spaß mit Karin"
Kinder-Kochworkshop
"Wir bereiten uns ein 3-gängiges Menü"
am Do., den 6.8.2015
von 9:30 - 13:30 Uhr
in der MHS Lamprechtshausen
(S) Gemeinde Lamprechtshausen
(Ferienprogramm)
mehr ...>>>

"Kochen macht Spaß mit Karin"
Kinder-Kochworkshop
"Burger selber machen"
am Do., den 13.8.2015
von 9:30 - 13:30 Uhr
in der MHS Lamprechtshausen
(S) Gemeinde Lamprechtshausen
(Ferienprogramm)
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 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 ... >>>

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

"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 ... >>>

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

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