Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Fan-Mitglieder!

Sie erhalten hiermit den **10.** Infoletter von **1fach-kochen.at**. Dieser wird 3 x pro Jahr verschickt und informiert über aktuelle Themen rund um **1fach-kochen**.

News-Flash:

++ Neue Bilder zu diversen Workshops ++

++ Neue Workshops:

- >>Gewürzseminar<<
- >>Streifzug durch die asiatische Küche<<
- >>Kreativ-Frühstück mit Overnight oats<<
- >>Fingerfood für Kleinkinder<<
- >>Altbewärte Hasumannskost<<
- >>Powerdrinks<<

TIPP: Nutzen Sie die Möglichkeit um einige schon in diesem Halbjahr zu besuchen!

++ Neues Skriptum: >>"Karin's Rezepte des Monats - Band 2" wird ab September 2016 im „1fach-kochen – Onlineshop" erhältlich sein.

++ Neue „Rezepte des Monats" gratis zum Downloaden ++
Gleich auf www.1fach-kochen.at zur kostenlose Mitgliedschaft anmelden …
… und Karins köstliche Rezepte sichern!

Neue „Rezepte des Monats" stehen zum Download bereit:

Orangenbiskuit

Spargelcurry

Heidelbeertatscherl

Avocado-Mango-Salat

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

Aktuelle Termine:

>>> Workshopangebote <<<
>> von Aug. – Dez. 2016 <<

"Geselliges Angebot für Senioren"
Kochworkshop
am Mi., den 31.8.2016
von 10:15 - 13:00 Uhr
Betreutes Wohnen Thalgau
(S) KBW Thalgau

"Kreativer Kinderworkshop"
Kinderworkshop
am Do., den 22.9.2016
von 15:00 - 18:00 Uhr
Pfarrzentrum St. Severin in Ainring (D)
(S) Landratsamt Berchtesgardener Land
(Jubiläumsfest vom Familiencafe)
mehr ... >>>

"Powerdrinks"
Erw.-Koch-Workshop
am Do., den 29.9.2016
von 19:00 - 21.05 Uhr
Lamprechtshausen, Betreubares Wohnen, Gemeinschaftsraum
(S) VHS Lamprechtshausen
mehr ... >>>

"Fingerfood für Kleinkinder"
Erw.-Koch-Workshop
am Sa., den 8.10.2016
von 9:30 - 12.50 Uhr
NMS Lamprechtshausen (Schulküche)
(S) VHS Lamprechtshausen
mehr ... >>>

"Gewürzseminar"
Erw.-Workshop
am Fr., den 14.10.2016
von 19:00 - 21:30 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>

"Gewürzseminar"
Erw.-Workshop
am Do., den 20.10.2016
von 19:00 - 21:30 Uhr
NMS (Schulküche) Lamprechtshausen
(S) VHS Lamprechtshausen
mehr ... >>>

"Kinder-Kochworkshop"
Für max. 8 Kinder ab 8 Jahren
am Fr., den 21.10.2016
von 15:00 - 18:20 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>

"Kreatives Frühstück mit Overnight oats"
Erw.-Workshop
am Sa., den 5.11.2016
von 9:00 - 11:55 Uhr
Strubergasse 26 - Raum 305
(S) VHS Salzburg
mehr ... >>>

"Richtig essen macht Kinder schlau & fit"
Vortrag
am Di., den 15.11.2016
von 19:00 - 21.05 Uhr
Gemeindezentrum Benediktussaal
(S) VHS Lamprechtshausen
mehr ... >>>

"Richtig essen macht Kinder schlau & fit"
Vortrag
am Do., den 17.11.2016
von 19:00 - 21.00 Uhr
Kramsach
(T) EKIZ Kramsach
mehr ... >>>

"Kreatives Frühstück mit Overnight oats"
Erw.-Workshop
am Sa., den 19.11.2016
von 9:00 - 11:55 Uhr
NMS Lamprechtshausen (Schulküche)
(S) VHS Lamprechtshausen
mehr ... >>>

"Richtig essen macht Kinder schlau & fit"
Erw.-Workshop
am Do., den 24.11.2016
von 19:00 - 21.30 Uhr
Ort wird noch bekannt gegeben
(T) EKIZ Kramsach
mehr ... >>>

"Miteinander kochen macht Spaß"
Eltern-Kind-Kochworkshop
am Sa., den 26.11.2016
von 10:30 - 14:00 Uhr
(S) EKI Fuschl am See
mehr ...>>>

"Gesundes Essen leicht gemacht"
Vortrag
am Di., den 29.11.2016
von 19:00 - 21.05 Uhr
Gemeindezentrum Benediktussaal
(S) VHS Lamprechtshausen
mehr ... >>>

"Silvester - Partybuffet"
Erw.-Workshop
am Fr., den 2.12.2016
von 18:30 - 21:50 Uhr
NMS Lamprechtshausen (Schulküche)
(S) VHS Lamprechtshausen

Zur Anmeldung über die VHS >>>

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