

Kochen in der OASE



Ayurvedische Küche - leicht gemacht (Indisch vegetarisch)

mit Urmila Baumann-Goenka & Anni Agarwal



Freitag, 17. Februar 2017, 18.00 Uhr

- Die Grundprinzipien der harmonisierenden Ayurveda-Küche und die eigene Konstitution (Dosha) kennenlernen
- Gemeinsames Zubereiten & Essen eines gesunden, nährenden, vielfältig und vegetarischen 3-Gangmenüs in einer gemütlichen Atmosphäre mit neuen Bekannten

Kurskosten CHF 75.-

Anmeldung bei Angela Bryner: 079 434 00 12

Kochen in der OASE



Griechische Küche – ΚΑΛΗ ΟΡΕΞΗ

mit Katherina Wahli-Savidis



Freitag, 17. März 2017, 18.00 Uhr

- Ein kulinarisches Rendezvous mit Griechenland
- Griechische MEZEDES – ΜΕΖΕΔΕΣ- Vorspeisen
- Gemeinsames Zubereiten & Essen in einer gemütlichen Atmosphäre mit neuen Bekannten

Kurskosten CHF 75.-

Anmeldung bei Angela Bryner: 079 434 00 12