BIOERLEBNISTAGE

KOCHKURS MIT SELINA STEINHAUSER: AYURVEDA - HERBST DINNER

18. September um 16:00 - 18. September um 20:00 **Kosten:** 94

Legau 87764, Schwaben

Bei diesem Kochworkshop tauchst du mit Selina Steinhauser von Selina FOOD ART in die ayurvedische Ernährungslehre ein.

Du lernst die ayurvedischen Grundkonstitutionen kennen und erfährst, welchen Einfluss die Jahreszeiten, die Tageszeiten, das Wetter und die Lebenszeit auf unser Wohlbefinden haben. Außerdem eignest du dir die Grundtechniken des ayurvedischen Kochens an und zauberst gemeinsam mit den anderen Teilnehmern ein ayurvedisches Herbstmenü, das ihr natürlich abschließend gemeinsam genießt!

Das Essen, ein Skript zur Einführung in die ayurvedische Ernährungslehre, sowie sechs Rezepte sind im Preis inbegriffen.

Genuss

Zusatzinformationen:
Anmeldepflichtig

Veranstaltungsort:
Rapunzel Welt
Rapunzelstraße 2
Legau 87764, 87764

Organisator:
Rapunzel Naturkost GmbH & Co. KG
https://www.rapunzelwelt.de/de/veranstaltungen