



Vegan und zuckerfrei!

Gesundes Backen für Jugendliche

im Alter von 13 – 17 Jahren

Aus leckeren und wertvollen Zutaten zaubern wir fantastische süße Kreationen, die zucker- und glutenfrei, sowie vegan sind.

Die Süße kommt dabei aus Bananen, Apfelmark, Datteln, Ahornsirup, Beeren, Früchten oder Stevia. Lasst Euch verführen von diesen leckeren und gesunden Genüssen und nehmt viele Anregungen für zu Hause mit. Es werden vorwiegend Biozutaten verwendet. Die Köstlichkeiten sind nicht nur Vitamin-, Ballaststoff- und Proteinreich, sie eignen sich auch für Diabetiker und Allergiker.

Heute backen wir verführerische **Cupcakes und Tartelettes** die mit frischen Beeren, Nüssen, u.v.m. dekoriert werden.

Bitte mitbringen: Behälter für Kostproben, eine Schürze ist empfehlenswert.

Kursleitung: Nadja Prokhorenko

Kosten: 30,-€ inklusive Lebensmittel

Infos und Anmeldung bei: Katharina Ockert,

E-Mail: leitung@gaisenhaus.de, Tel. 0711 9123 5427

Termin: Samstag 20.06.2020

Uhrzeit: von 15.00 bis 17.30 Uhr



**Wann:
Samstag
20.06.2020**

**Uhrzeit:
15:00 – 17:30
Uhr**

**Wo:
Hornbergstr.
107**

**Anmeldung
erforderlich**

Kosten: 30,-€

**STADTTEIL- UND
FAMILIENZENTRUM
GAISENHAUS**

Hornbergstr. 99 u. 107,
70188 Stuttgart

www.gaisenhaus.de

Tel. 0711 9123 5427
Mob. 0176 2066 1552